باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

94

ماہنامہ عبقری لاہور ®

اپریل 2014ء جمادی الاخریٰ 1435 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 45 روپے

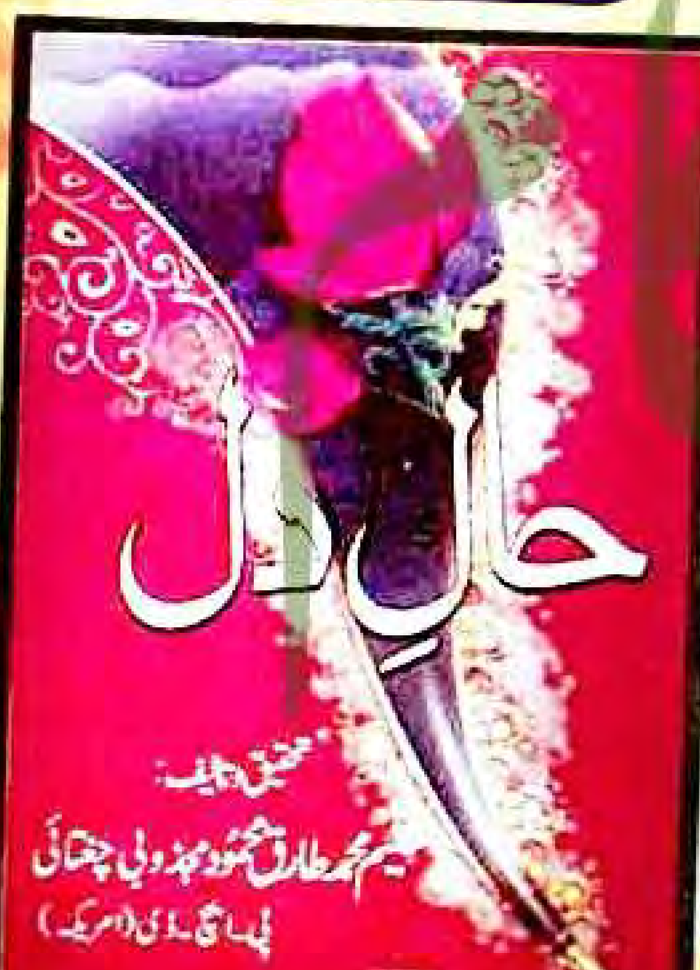
ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- ★ افحسبتم اور اذان کے عمل نے جنات کو چیخنے پر مجبور کر دیا
- ★ لال بیگ، مچھروں اور مکھیوں سے چھٹکارے کے طریقے
- ★ تیزی سے وزن بڑھانے کے ذائقہ دار طریقے
- ★ مراقبے سے روحانی و جسمانی بیماریوں کا علاج
- ★ ظالم کو قبر نے بھی اپنی آغوش میں جگہ نہ دی
- ★ تمنا دردِ دل کی ہے تو کر خدمت فقیروں کی
- ★ ایک جَو سے ڈھیروں بیماریوں کا علاج
- ★ استخارے سے زندگی کی راہیں آسان
- ★ صحت مند بچوں کی صحت بخش غذائیں
- ★ مدتوں کا نزلہ دنوں میں ٹھیک کرنے کا نسخہ
- ★ کھیرا کھائیں صحت و تندرستی پائیں
- ★ ڈیلیوری میں آپریشن کبھی نہ ہوگا

ایجنسی ہولڈرز کو حضرت حکیم صاحب کی خصوصی دعوت

حضرت حکیم صاحب کی آمد
☆ کراچی ☆ مانسہرہ
☆ ایبٹ آباد تفصیلات ٹائٹل کی بیک



عبقری کے سلسلہ وار مشہور رسالہ ہو انوکھی مشکلات کا حل ہیں کتابی شکل میں

ملتان میں حضرت حکیم صاحب کا درس بروز اتوار 27 اپریل کو ہوگا۔ صبح 10 بجے 0300 8632292

لاکھوں لوگ اس سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں
www.ubqari.org facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ کی تالیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	الجھے لوگ سلجھے اصول	200/-
2	ازدواجی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
3	الرجی سے نجات کے قدرتی طریقے	120/-
4	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-
5	آزمودہ مجربات علاج	170/-
6	آداب معرفت	250/-
7	آسان نسخوں کے حیرت انگیز فضائل (اردو، انگلش)	180/-
8	1947ء کے مظالم کی کہانی خود مظلوموں کی زبانی	250/-
9	اقوال اولیاء	350/-
10	امراض معدہ علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
11	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
12	الحسیبتہ اور ان کے کرشمات	180/-
13	بہترین نسخوں کا بہترین علاج	150/-
14	بہترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	160/-
15	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
16	بڑوں کی زندگی کے انمول تجربات	250/-
17	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	200/-
18	بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک	250/-
19	پتھری ڈائیلاسز علاج نبوی اور جدید سائنس	120/-
20	پرسکون زندگی گزارنے کے نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
21	پھلوں سے صحت و تندرستی	200/-
22	پرسکون زندگی کی تلاش نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
23	پرسکون نیند نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
24	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-
25	تندرستی کے دس راز دوا نہ ٹانک	200/-
26	تعلیمات نبوی اور جدید سائنس	300/-
27	توبہ کے کمالات	200/-
28	تعویذ سائنسی اور روحانی علاج	200/-
29	جنات بھوتوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	250/-
30	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی	300/-
31	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
32	جانوروں کے انوکھے عجیب و غریب واقعات	300/-
33	جسمانی بیماری کی نبوی علاج و احتیاط اور جدید سائنس	150/-
34	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	200/-
35	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
36	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
37	جنات کی چوریاں، ٹوٹکے کا فیصلہ کن عمل	10/-
38	جنات کا پیدائشی دوست (جلد اول)	300/-
39	چاند اور جوانی شادی کے بعد	150/-
40	جذبات اور خیالات کے دکھ نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
41	جیل کا جہنم	120/-1
42	جنس جوانی اسلام اور جدید سائنس	300/-
43	حال دل	200/-
44	حسن و صحت کیلئے انمول ٹانک	300/-
45	حسن لازوال کی قاتل بیماریاں	400/-
46	حکماء کی زندگیوں کے قیمتی نچوڑ	250/-
47	حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں	200/-
48	حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ	250/-
49	[illegible] کے کرشمات	80/-
50	خاندانی مسائل کا علمی و نفسیاتی تجزیہ	450/-
51	خواتین کے حسن و جمال کے تحقیقی راز	250/-
52	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
53	خطبات عبقری (جلد دوم)	300/-
54	خطبات عبقری (جلد سوم)	300/-
65	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
56	دو انمول خزانے (اردو)	10/-
57	دو انمول خزانے (انگلش)	10/-
58	ڈپریشن سے نجات پانے والے	200/-
59	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
60	رنگ برنگی بیماریاں دوا بھی غذا بھی شفا بھی	200/-
61	روحانی عمل کے کرشمات	10/-
62	رمضان المبارک کے روحانی و جسمانی نسخے	200/-
63	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
64	روحانیت جادو اور وہم	350/-
65	روحانی پاکیزگی	250
66	سورۂ یٰسین کے کرشمات	10/-
67	سورۂ بقرہ سے شرطیہ (انشاءاللہ) جنات بھگائیں	10/-
68	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	400/-
69	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	400/-
70	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	400/-
71	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	400/-
72	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	300/-
73	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	300/-
74	سدابہار حسن کی ضامن غذائیں	250/-
75	سحر و وظائف سے زندگی آسان	10/-
76	شجرہ طیبہ قادری نقشبندی	10/-
77	شفقت بانٹنے نکھرے موتی انمول باتیں	250/-
78	شہد کے کمالات	150/-
79	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	250/-
80	شوگر دوائیں غذائیں علاج	250/-
81	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
82	شادی شدہ زندگی خوشی خوشی گزارنے کے راز	250/-
83	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
84	شادی زندگی گزارنے کے چار اصول	250/-
85	شفابخش نباتات کی کرشمہ سازی نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
86	شہید پاکستان	250/-
87	شباب زندگی کے راز نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
88	صوفی ازم اور [illegible]	160/-
89	صحت مند عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
90	صحت بخش خوشبودار غذائیں اور سائنسی اصول	150/-
91	صوفی ازم سے روشنی کا سفر	250/-
92	صوفی ازم اور قبولیت دعا	160/-
93	صوفی ازم کے روشن ستارے	350/-
94	صوفی ازم اور باطنی سکون	160/-
95	صلوٰۃ التسبیح کے کرشمات	200/-
96	طبی تجربات و مشاہدات	150/-
97	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
98	عامل کامل بننے کے راز	200/-
99	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
100	علماء و اولیاء کی صحت	2100/-
101	عظمت اہل بیت	ہدیہ
102	عملیات کی اصلاح نبوی طریقے اور جدید سائنس	250/-
103	غیر مسلموں کی عبادات اور انسانوں کے حقوق اور معاملات [illegible]	40/-
104	فیضان سنت اور جدید سائنس	200/-
105	قبض سے چھٹکارا	120/-
106	قدرتی ٹانک اور علاج نبوی	120/-
107	قدرت کا انعام اور انتقام	300/-
108	کولیسٹرول کا سائنسی اور روحانی علاج	120/-
109	کامیاب شادی کے سنہری اصول نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
110	کمالات اولیاء	200/-
111	[illegible]	200/-
112	[illegible] کے کرشمات	70/-
113	[illegible] وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات	600/-
114	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
115	کامیاب عامل بنیے	180/-
116	[illegible] سے مکمل خاندانی [illegible]	2500/-
117	[illegible]	100/-
118	گھریلو الجھنیں اور ماہرین کے تجربات	400/-
119	گھریلو الجھنوں کا روحانی علاج	150/-
120	گھریلو الجھنوں سے چھٹکارا پانے والے	400/-
121	گھروں میں ابدی سکون اور خوشیوں کا راز	200/-
122	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
123	موتی مسجد کے کرشمات	10/-
124	مہنگی دوائیں نبوی دوائیں اور جدید سائنس	170/-
125	میرے نبیﷺ کی ازواج کا گلدستہ	250/-
126	مالدار بننے کا آزمودہ راز	10/-
127	موت کے سائنسی و روحانی انکشافات	150/-
128	موت سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مولانا محمد ولی)	200/-
129	مجھے شفا کیسے ملی؟	500/-
130	معرفت کے متلاشی	180/-
131	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	400/-
132	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	400/-
133	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	400/-
134	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	400/-
135	معاشرت نبوی اور جدید سائنس	360/-
136	[illegible]	300/-
137	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
138	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	200/-
139	مہلک غذائیں نبوی غذائیں اور جدید سائنس	200/-
140	[illegible] (جدید ایڈیشن)	170/-
141	مولانا طارق جمیل شخصیت و کمال	250/-
142	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
143	مہلک عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
144	مشہور بیوی کی آپ بیتیاں	150/-
145	مائیں نوجوان اور ویران جوانی	200/-
146	موٹاپے سے نجات علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
147	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-
148	مجھے وظائف سے غیبی مدد کیسے ملی	300/-
149	مثالی حافظہ اور آزمودہ نبوی عمل	40/-
150	ندامت کے آنسو	200/-
151	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
152	نبوی دسترخوان صحت و تندرستی کے راز اور جدید سائنس	300/-
153	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
154	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
155	وضو کے قیمتی گھونٹ کے کرشمات	10/-
156	وٹامن انسانی صحت کیلئے کیوں ضروری	200/-
157	ہارٹ اٹیک سے بچاؤ کی روحانی اور سائنسی ترکیب	180/-
158	ہیپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	120/-
159	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	150/-

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت	نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	آنکھ شفاء	70/-	36	شوگر کورس	800/-
2	اکسیر البدن	300/-	37	طاقتی گولیاں	1200/-
3	الرجی نزلہ کورس	600/-	38	طب نبوی حسن و جمال کریم	300/-
4	اصلاح معدہ پیکیج	440/-	39	طب نبوی ہیئر آئل	300/-
5	السر کورس	400/-	40	طب نبوی انمول ہیئر پاؤڈر	120/
6	بواسیر کورس	500/-	41	عروسی سہاگ کورس	5000/-
7	برص پھلبہری کورس	500/-	42	قناری گولیاں	200/-
8	بے اولادی کورس	2500/-	43	قفس پیکیج	600/-
9	بے اولادی پاؤڈر	500/-	44	قفس فولاد ٹانک	120/-
10	بنفشی قہوہ	120/-	45	کراماتی تیل	200/-
11	پیشاب کنٹرول کورس	400/-	46	کان شفاء	70/-
12	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-	47	کولیسٹرول سے نجات (کورس)	600/-
13	پوشیدہ کورس	600/-	48	کرنٹ مالش	500/-
14	ٹھنڈی مراد	120/-	49	کمزوروں اور بچوں کا درد کورس	800/-
15	ٹھنڈک پیکیج	500/-	50	گیس بدہضمی تبخیر کورس	600/-
16	جوہر شفاء مدینہ	150/-	51	گھٹیاں، جوڑوں کے درد سے نجات کورس	500/-
17	چلڈرن سیرپ	120/-	52	قد دراز کورس	500/-
18	خون صفاء پاؤڈر	120/-	53	قبض کشا	120/-
19	خاتون شفاء (سیرپ)	120/-	54	معجون شفاء یابی	500/-
20	خون افزاء ٹانک	120/-	55	مرہم سکون	70/-
21	دیسی کریم	500/-	56	موٹاپا کورس	600/-
22	وردی ہربل لیپ	80/-	57	مشروب عبقری افزاء	180/-
23	دم والا شہد دوائی	900/-	58	مردی جواہراتی	1100/-
24	ڈپریشن پیکیج	490/-	59	معجون مراد	1100/-
25	روحانی پھکی	20/-	60	نوجوانوں کے روگ کورس	700/-
26	روحانی عطر	240/-	61	ناک شفاء	100/-
27	روشن دماغ ٹانک	250/-	62	نشاطی گولیاں	1000/-
28	زنجوانی نقرائی	2200/-	63	نوجوان شفاء	120/-
29	ستر شفائیں	250/-	64	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
30	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-	65	بارہ موڈ شفاء	300/-
31	سچا منجن	70/-	66	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
32	سدابہار حسن و خوبصورتی پیکیج	840/-	67	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
33	شفاء حیرت سیرپ	120/-	68	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
34	شہد ایک کلوگرام	600/-	69	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
35	شہد 330 گرام	200/-			

آج کل کاغذ اور دیگر سامان طباعت کی گرانی کی وجہ سے کتابوں کی قیمتیں تبدیل ہوتی رہتی ہیں اس لیے ترسیل کے وقت جو قیمت ہوگی اسی کا اعتبار ہوگا' اس سلسلے میں ادارہ پر اعتماد فرمائیں۔

اہل کراچی کیلئے پرمسرت اعلان

20 جنوری 2014 بروز اتوار کو کراچی میں حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم العالیہ نے دوران درس اہل کراچی کے پرزور اصرار پر کراچی میں ہر تین ماہ میں ایک مرتبہ درس روحانیت و امن دینے کا اعلان فرمایا ہے۔ کراچی میں جو حضرات درس کروانے کے خواہشمند ہوں وہ کسی کھلی پرامن علاقے یا شادی ہال وغیرہ کا انتظام کریں جہاں مرد و خواتین کا علیحدہ انتظام ہو اور پارکنگ کا مسئلہ بھی نہ ہو پبلک ٹرانسپورٹ آسانی سے میسر ہو اپنے مکمل پتے اور فون نمبر کے ساتھ اس نمبر پر 0343-8710009 صرف میسج کریں۔

0343-8710009

عَبۡقَرِيٍّ حِسَانٍ ۚ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ۔ القرآن

بیاد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت) حضرت علامہ لاہوتی پراسراری دامت برکاتہم العالیہ

شمارہ نمبر **10** جلد نمبر **8** اپریل **2014**ء جمادی الاخریٰ **1435** ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

اپریل 2014ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ **45** روپے | سالانہ ممبرشپ بمعہ رجسٹرڈ ڈاک **690** روپے بیرون ملک سالانہ **63** امریکی ڈالر

فہرست مضامین

(2)

خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" "مرکز روحانیت وامن 78/3 عبقری اسٹریٹ نزد قرطبہ مسجد مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی نئی تعمیر شدہ قرطبہ مسجد کے ساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔

عبقری دفتر اتوار کو بند ہوتا ہے

محمد طارق محمود نے اکرم پرنٹرز سے چھپوا کر دفتر ماہنامہ عبقری مزنگ لاہور سے شائع کیا

حالِ دل — ایڈیٹر کے قلم سے — اب بھی دنیا میں ایسے لوگ ہیں — جو میں نے دیکھا' سنا اور سوچا

تقریباً دو سال کے بعد کراچی جانا ہوا' لاہور کی مصروفیت نے بارہا مجھے کراچی جانے سے روکا لیکن کراچی جانا ہو ہی گیا۔ کراچی میں جہاں اور بے شمار ملاقاتیں ہوئیں' آج کی اس نشست میں دو ملاقاتوں کا تذکرہ اور اس کی اہمیت لکھوں گا۔ ایک مخلص لاہور میں ملاقات کیلئے تشریف لائے' اپنا نام صاحبزادہ عزیز الرحمان رحمانی بتایا۔ بڑے باپ کے بیٹے اور بڑے دادا کے پوتے اور عظیم ہستی کے نواسے۔ ان کی محبت' خلوص دیکھ کر اپنی ساری مصروفیات چھوڑ کر لاہور ان کے ساتھ ہوا۔ مختلف جگہوں پر انہیں لے گیا' بہت خوش ہوئے' ان کی خوشی میری خوشی بن گئی۔ محترم نے فرمایا کہ جب کراچی آنا ہو تو میرے پاس ضرور آئیں۔ میں ان کے ہاں گیا' بالائی منزل پر اپنے مہمان خانے میں لے گئے۔ وہ مہمان خانہ کم شاہی مہمان خانہ زیادہ تھا' بیرونی دروازہ بقول ان کے جو سوات سے تقریباً ساڑھے تین لاکھ کا لائے' اُسے سیٹ کرایا اور فکس کیا اندر جگہ جگہ لکڑی کا انوکھا کام' سونے کیلئے بستر بھی منقش خوشنما' بیٹھنے کیلئے کرسیاں انوکھی دلفریب' مہمان نوازی ایسی کہ بادشاہوں کے دسترخوان بھی قابل تعریف نہ رہیں۔ مزاج میں اخلاق' ہیبت' وقار' اور فیاضی بلا کی بلکہ بہت زیادہ۔ ایک ایک چیز سلیقے اور قرینے سے رکھی' خوبصورتی' خوشنمائی اپنے مزاج لباس اور گفتگو میں بار بار چھلکی پڑتی تھی۔ وہ نہ چاہتے ہوئے بھی اپنے اندر کے علمی اور تخلیقی مزاج کو نہیں چھپا سکتے تھے۔ یہ قرینہ تو ایسا ہے جو شاید بہت سے اور لوگوں میں بھی ہو گا لیکن جو ایک خاص جدت اور کمال ان میں ہے وہ تخلیقی اور ایجادی مزاج انہوں نے اسماء البدرئین (بدر کے تمام صحابہ کے نام مبارک) ایک بہت بڑے کپڑے پر لکھے سارے آداب پینتالیس اور پینتالیس خانوں میں نقش بنائے' دو لاکھ چوالیس ہزار چھ سو اٹھائیس اس کے عدد نکالے چھ فٹ چوڑا نو فٹ لمبا کپڑا اسماء البدرئین ان کے اعداد جو کہ نہایت منقش اور خوبصورت سلیقے سے ترتیب دیئے ہوئے ایک انوکھی حیرت پیش کر رہے تھے۔ ایک بڑا کپڑا اٹھارہ فٹ لمبا اور چھ فٹ چوڑا جس میں اسماء النبی ﷺ پھر ان کے اعداد پھر فضائل' اسماء النبی ﷺ کی آیات اسماء النبی ﷺ کا نقش اور یوں آٹھ سو چھتیس اسماء النبی ﷺ یہ سب ایک نیا شاہکار تیاری کے مراحل میں ہے۔ موصوف عدد کی دنیا میں ایک یدطولیٰ رکھتے ہیں۔ ڈنکے کی چوٹ پر گفتگو' معاملات اور لین دین کرتے ہیں۔ لاکھ مخالفین لیکن یہ اپنے انوکھے اور نرالے مزاج سے ہٹنے کبھی نہ پائیں گے کیونکہ یہ تخلیقی مزاج بہت سوں کو بھاتا نہیں لیکن انہیں بھاتا ہے۔ مجھے بھی پسند ہے کیونکہ میں خود تخلیقی انداز کا طالب علم ہوں۔ دوران گفتگو اپنے بہت سے مشاہدات دیئے جن میں سے چند قارئین کی خدمت میں استفادہ کیلئے پیش کر رہا ہوں:۔ دودھ پانی برابر وزن ایک گلاس میں بھر کر رات بھر سرہانے رکھیں' صبح پیپل کی درخت کی جڑ میں یہ گلاس ڈال دیں' رزق کی فراوانی کیلئے بار بار کا تجربہ۔ ید بیضا کتاب جو کہ بڑے حضرت دین پوری رحمۃ اللہ علیہ کے حالات میں لکھی ہوئی کے حوالے سے بتایا کہ گھر میں پودینہ لگانا یعنی گملے یا کیاری میں اور گھر کے برتن دھو کر رکھنا' رزق کی وسعت اور برکت کیلئے انوکھا عمل ہے۔ بقول محترم کے بارہا کا آزمودہ ہے۔ سائیں محمد عالم رحمۃ اللہ علیہ خلیفہ حضرت ہالیجوی رحمۃ اللہ علیہ کا عمل دوران گفتگو ملا کہ جس کو زہریلا جانور ڈس گیا ہو اس کو تھپڑ ماردیں لیکن اُس کو اطلاع نہ ہو فائدہ ہوتا ہے جہاں زہریلے جانور نے کاٹا ہو ایک بالشت اوپر رسی یا کپڑا اسے مضبوطی سے باندھ کر بیس سے واپس اُلٹی گنتی ایک تک۔ ایک سانس میں پڑھ کر تھتکار دیں۔ برگد کے درخت کی لکڑی کاٹ کر برتن میں ڈال دیں' وہی پانی میاں بیوی دونوں مسلسل پئیں خاص طور پر میاں بے اولادی کیلئے ضرور یہ کرے۔ لکڑی بار بار بدل بھی سکتے ہیں۔ تجربات میں مزید بتایا کہ حکیم یوسف مولوی ساؤتھ افریقہ نے اپنا تجربہ بتایا جادو زدہ کو شربت افتیمون کچھ عرصہ ضرور استعمال کرائیں۔ بہار کے موسم میں آدھا کپ پانی میں دو بڑے چمچ شربت ملا کر صبح و شام نہار منہ دیں۔ مزید بتایا کہ ہرمل سات دانے پوٹلی بنا کر تعویذ کی طرح اگر گلے میں ڈالیں تو جادو کا توڑ ہو جاتا ہے۔ مولانا اسعد مدنی صاحب کی کاپی فوٹو سٹیٹ سامنے رکھتے ہوئے مشاہدات بتائے:۔ سفید مرغ ذبح کر کے اس کے خون سے ''جادو بر سر جادوگر'' کاغذ پر لکھ کر اس جگہ لگائیں جہاں مسحور بیٹھا ہو یا اوپر لگا دیں' نہایت مفید ہے۔ ایک عمل اپنے مشاہدات میں سے عطا فرمایا کہ اگر یہ تحریر لکھ کر رکھ دیں' وہاں آگ نہیں لگے گی اگر لکھ کر جہاں آگ لگی ہو وہاں ڈال دیں تو آگ بجھ جائے گی۔۔ باقاعدہ سند اور حوالے کے ساتھ یہ عمل عطا فرمایا۔ میں نے عرض کیا کہ اگر اس کا ترجمہ ہو جائے تو بہتر ہے صاحبزادہ صاحب کے مہمان مولانا حسین احمد شرودی سابق وزیر بلدیات بلوچستان جو خود صاحب کمال ہیں' تشریف فرما تھے۔ انہوں نے اپنے قلم سے اس کا ترجمہ کیا جو کہ ترجمے کے ساتھ قارئین کی خدمت میں حاضر ہے:۔ (حوالہ جات کیلئے جواہر البحار جلد نمبر 2 صفحہ نمبر 196 شیخ یوسف بن اسماعیل النبھانی) وہ عمل یہ ہے:۔ حضور اقدس ﷺ کے صرف دس معجزات اگر کسی کاغذ پر لکھ کر لٹکا دیئے جائیں یا رکھ دیئے جائیں تو وہاں آگ نہیں لگے گی۔ **الاولی: ماوقع ﷺ الارض ظله قط. الثانية: ماظهر بوله ﷺ على الارض قط. الثالثة: لم يقع عليه ﷺ الذباب قط. الرابعة: لم يحتلم ﷺ قط. الخامسة: لم يتثاءب ﷺ قط. السادسة: لم تهرب منه ﷺ دابة قط. السابعة: ولد ﷺ مختونا. الثامنة: تنام عيناه ﷺ ولاينام قلبه. التاسعة: كان ﷺ ينظر من ورائه كماينظر من امامه. العاشرة: كان ﷺ اذا جلس بين قوم كانت كتفاه اعلى منهم.** ترجمہ: **1**۔ ''حضور ﷺ کا سایہ کبھی زمین پر نہیں پڑا۔ **2**۔ آپ ﷺ کا پیشاب کبھی زمین پر نظر نہیں آیا۔ **3**۔ آپ ﷺ پر کبھی مکھی نہیں بیٹھی۔ **4**۔ آپ ﷺ کو کبھی احتلام نہیں ہوا۔ **5**۔ آپ ﷺ نے کبھی جمائی نہیں لی۔ **6**۔ آپ ﷺ سے کبھی کوئی جانور (وحشی) خوفزدہ ہو کر نہیں بھاگا۔ **7**۔ آپ ﷺ مختون (ختنہ شدہ) پیدا ہوئے تھے۔ **8**۔ آپ ﷺ کی آنکھیں سوتی تھیں' دل جاگتا تھا۔ **9**۔ آپ ﷺ پیچھے بھی ایسے ہی دیکھ سکتے تھے جیسا آگے کی جانب۔ **10**۔ آپ ﷺ (میانہ قد) ہونے کے باوجود لوگوں میں نمایاں نظر آتے تھے۔''

دوسرے فرد جنہیں میں نے قریب سے دیکھا دھیمے مزاج' گہری نظر' درد دل اور واقعی خلوص کا پیکر مفتی محمد صاحب تھے۔ اللہ تعالیٰ نے انہیں جہاں علمی اور دینی تحفظ اور مزاج کا علمبردار بنایا وہاں انہیں مخلوق کی خیر خواہی' دنیا اور آخرت پر گہری نظر' حالات حاضرہ کو سمجھنے اور جانچنے اور بندگان خدا کی صحیح رہبری کیلئے چن لیا ہے۔ کہاں راولاکوٹ اور کہاں کراچی۔۔۔ اور پھر بے داغ صحافت کیلئے اللہ تعالیٰ نے انہیں ایک وکیل اور رہبر کے طور پر منتخب کیا ہے۔ خوب انسان ہیں اور بہت سی خوبیاں ہیں۔ زور قلم اور' (باقی صفحہ نمبر 44 پر)

درس روحانیت وامن

اعمال سے پلنے' بننے' بچنے کا یقین

شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ

ہفتہ وار درس سے اقتباس

جنات کے متعلق خط: میں یہ عرض کر رہا تھا ایک شخص نے مجھے خط لکھا کہ جنات کا ان کے گھر آنا جانا تھا اور وہ ہم سے محبت کرتے تھے۔ اُنہوں نے لکھا کہ:۔ جنات نے ہماری بہت ہی خدمت کی، ہر مشکل میں ہمیں تسلی دی، وہ سب طالبعلم تھے' دینی مدرسے میں پڑھتے تھے۔ اُن میں ایک بڑے عالم تھے اُن کا نام ''عبدالودود'' تھا جو کہ درجہ خامسہ کا امتحان دے رہا تھا۔ اُن سے چھوٹے بھی تھے۔ بہت ہی مخلص جنات تھے۔ ہم اُن کو اپنے ہی گھر کے افراد تصور کرتے تھے۔ میرا کوئی بھائی نہیں اس لیے میں عبدالودود کو بھائی کہتا تھا۔ یہ طالبعلمی کیساتھ ساتھ جہاد بھی کرتا تھا۔ اسی رمضان میں ہندو جنات سے جہاد کرتے ہوئے شہید ہوگیا۔ اب ہم سب گھر والے بہت پریشان ہیں' باقی چھوٹے جنات بھائی اب ہمارے پاس نہیں آتے۔ انہوں نے ہم سے اجازت لی کہ اب وہ ہمارے پاس نہیں آئیں گے کیونکہ اُن کو اب اجازت نہیں۔ لہٰذا آپ علامہ لاہوتی صاحب سے گزارش کریں کہ کوئی عمل' وظیفہ بتائیں کہ وہ نیک جنات بھائی ہمارے پاس آنے لگیں۔ کچھ عرصہ پہلے کی بات ہے کہ سب جنات بھائی سے دوستی تھی۔ ایک دن ہم بیٹھے باتیں کر رہے تھے، باتیں کرتے کرتے ''دوانمول خزانے'' کا ذکر کیا تو جن بھائی نے یعنی عبدالودود جو بڑے تھے' انہوں نے کہا کہ ہم طالبعلم جنات دوانمول خزانے تقسیم کرتے ہیں اور پڑھتے بھی ہیں اور بہت ذوق و شوق سے پڑھتے ہیں اور اللہ پاک نے دوانمول خزانے کی برکت سے ہماری مشکلات حل فرمائیں ہیں اور ہم اپنی مشکلات کے لئے اس کو پڑھتے ہیں آپ بھی پڑھا کریں۔

جنات پیسے دیتے ہیں: ہمارے تسبیح خانے کے ایک ساتھی کو جنات پیسے دے جاتے ہیں مجھے کہنے لگے: جنات مجھے 500 روپے دے گئے ہیں۔ میں نے کہا چپ کر کے رکھ لیا کرو۔ میں نے کہا: بتانا نہ کسی کو چپ کر کے رکھ لے۔ وہ ساتھی پیسے مجھے دینے لگے، میں نے کہا تیرے لیے ہیں، دیوانے تو رکھ لے۔ وہ ساتھی کہنے لگے جنات خاموشی سے میری جیب میں ڈال جاتے ہیں۔ وہ کہنے لگے جنات دو ہزار، ڈھائی ہزار، تین ہزار رکھ جاتے ہیں۔ میں نے کہا رکھ لو کیونکہ یہ وہ پیسے ہیں جو کسی کے چوری کر کے نہیں لاتے اپنی مزدوری کر کے لاتے ہیں۔ یاد رکھیے گا! جنات چوری بھی کرتے ہیں۔ اِدھر سے چوری کیے اُدھر دے دیا۔ وہ مال تو حرام ہوگیا یہ چوری کا مال نہیں ہے اس لیے رکھ لو۔ رزق حلال ہے، محنت کرتے ہیں۔ انکا کاروبار ہے، جو اُن کو بچتا ہے اُسکو دے جاتے ہیں، وہ کہتے ہیں تو اُس سے محبت کرتا ہے چونکہ ہمیں اُس سے محبت ہے چلو تجھے اُسکے صلے میں پیسے دیتے ہیں۔ تو وہ ساتھی کہنے لگے: جنات خود بخود دوست بن گئے۔

اسلام آباد کے ایک شخص منشاء صاحب مجھ سے کہنے لگے: میرے بیٹے کے پاس ایک جن آتا تھا' خود ہی دوست بن گیا' وہ کہتا تھا میں عبقری بھی پڑھتا ہوں۔ دوانمول خزانے بھی پڑھتا ہوں۔ بانٹتے بھی ہیں الحمدللہ دوانمول خزانہ انسانوں کی مشکلیں بھی دور کرتا ہے، جنات کی مشکلیں بھی دور کرتا ہے۔ ایک دفعہ ایک جن بتانے لگا کہ ہم ایک دوسرے پر بھی جادو کرتے ہیں۔ جنات کی لڑائیاں بھی بہت ہوتی ہیں پھر جس گھر والے ''دوانمول خزانے'' مستقل پڑھتے ہیں اس گھر پر دوسرا جن جادو نہیں کرسکتا۔ جن کا جادو جتنا بھی طاقتور ہوگا۔ دوانمول خزانہ پڑھنے سے وہ جادو ختم ہوجاتا ہے۔ مجھے ایک چیز بتائیں کیا ہمارا راشن بھی کوئی لے جاسکتا ہے۔۔۔؟ کوئی شعور کی دنیا کا ہے یا غیر شعوری دنیا کا ہے۔ ہمیں پتہ نہیں چلتا ہمارے گھر سے چیزوں کی چوریاں ہوتی ہیں۔

؎ اکھ وی ٹوجاکھ رہے گئی
ڈیوا وی بلد دا رہ گیا
آتا مورے وچوں ول وی رہ گیا

جنات چوریاں کرتے ہیں: جنات غیر شعوری طور پر ہماری چیزوں کی چوریاں کرتے ہیں۔ ہمارا راشن، ہماری چیزیں غائب ہوتی ہیں۔ یہ سورۃ الکوثر پڑھنے والے بھائی اور بہنیں بتاتی ہیں، ہمیں لکھتی ہیں کہ ہماری ایک کلو چینی جو پہلے چند دنوں میں ختم ہوجاتی تھی اب وہی ایک کلو کافی عرصہ چلتی ہے۔ وہ پہلے کہاں جاتی تھی۔۔۔؟ کبھی پہلے اتنا چلتا تھا اب اتنا چلتا ہے۔ مہینے کا راشن پہلے اتنے دنوں میں ختم ہوتا تھا، اب مہینے سے بھی آگے نکل جاتا ہے، وہ پہلے کہاں جاتا تھا۔۔۔؟ آپ کو قرآن و حدیث کے خلاف نہیں چلا رہا۔ الف لیلیٰ کے قصے نہیں سنا رہا۔ میں کوئی ایسی دنیا کی طرف آپ کو مائل نہیں کر رہا، جو حقیقت سے دور ہو۔ جس کو میری بات سمجھ نہیں آ رہی وہ حقیقت سے خود دور ہے۔

تسبیح خانے کا منشور: اعمال کے ذریعے حفاظت ہے۔ ''اعمال سے بننے'' ''اعمال سے پلنے'' اور ''اعمال سے بچنے'' کا یقین آجائے۔ یہ تسبیح خانے کی آواز ہے۔ ان تین باتوں کو سدا یاد رکھیے گا۔ کوئی پوچھے کہ تسبیح خانے میں کیا ملتا ہے، اُسے کہیں اعمال سے بننے، اعمال سے پلنے اور اعمال سے بچنے کی ترتیب ملتی ہے، شعور ملتا ہے کہ میرے کام اعمال سے بنیں گے۔ اعمال سے بننے اور اعمال سے پلنے اور اعمال سے بچنے کا یقین پختہ ہوتا ہے۔ اگر انسان پڑھے اس کا نفع ہو، جن پڑھے اس کا نفع ہو۔ وہ زندگی کا کوئی نظام بگڑا ہوا ہے، وہ پڑھے اس میں یقین ہو۔

بعض اوقات ایک تصور آتا ہے کہ اللہ تو نے مجھے ذریعہ بنایا اپنے شیخ کے ذریعے سے اور اللہ پاک ''دوانمول خزانے'' کو تو نے لاکھوں لوگوں میں پھیلا دیا۔ لاکھوں کی تعداد میں ''دوانمول خزانے'' کا کتابچہ چھاپتے ہیں اور دنیا کی کئی زبانوں میں ترجمے ہوچکے ہیں اور مخلوق پڑھ رہی ہے اور اپنے مسائل کا حل اللہ سے کروا رہی ہے۔ (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں اپنے رشتے کے سلسلہ میں بہت پریشان تھی' اسی سلسلے میں آپ سے ملاقات ہوئی آپ نے مجھے ہر جمعرات کو ''درس روحانیت وامن'' دارالتوبہ میں آکر سننے کا کہا۔ میں ہر جمعرات درس سننے دارالتوبہ میں جاتی۔ ابھی میں نے دس درس ہی سنے تھے کہ اللہ کے حکم اور آپ کی دعاؤں سے میرے لیے ایک بہترین مذہبی گھرانے سے رشتہ آیا اور انہوں نے مجھے پسند بھی کرلیا' اور باقاعدہ سنت کے مطابق نکاح کی تقریب ہوئی۔ آپ نے مجھے نکاح کا پیغام والی جو پڑھائی بتائی کہ اَللّٰھُمَّ اِنَّکَ مَلِیْکٌ مُّقْتَدِرٌ مَّاتَشَآءُ مِنْ اَمْرٍ یَّکُوْنُ ۔ میں نے اس کا ذکر بھی مسلسل کیا تھا۔ میری ساس کا کہنا ہے کہ یہ لڑکی ہماری نسلوں کو سنوارنے کا ذریعہ بنے گی اور انشاءاللہ آپ کی دعاؤں سے میں ایسا ہی کرنا چاہتی ہوں اور ایک اچھی بہو بننا چاہتی ہوں۔ (الف۔ لاہور)

سب سے پہلے سلام کا لفظ ادا کرنے والے صحابی رضی اللہ عنہ

ابولبیب شاذلی

حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں میں مکہ آیا تو کہا وہ صابی کہاں ہے؟ مشرکین نے کہا یہ بے دین ہے' بے دین ہے اور مجھے ہڈیوں اور پتھروں سے مارنے لگے حتیٰ کہ وہ مجھے سرخ پتھر کی طرح کر کے چھوڑ گئے' جب صبح کی سردی لگی تو مجھے ہوش آیا

حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ حبشی النسل غلام تھے' مگر پیدائش مکہ میں ہی ہوئی۔ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ پر ظلم وستم ہوتے ہوئے دیکھا تو گرانقدر رقم کے عوض انہیں خرید کر آزاد کر دیا۔

مؤذنین کے سردار: حضرت زید بن ارقم رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: بلال بہت اچھا آدمی ہے اور وہ موذنین کا سردار ہے۔

اسلام کیلئے تکلیف اٹھانا: حضرت عروۃ بن زبیر رضی اللہ تعالیٰ عنہ اپنے والد صاحب سے نقل کرتے ہیں کہ ورقہ بن نوفل حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس سے گزرتے جبکہ ان کو تکلیف دی جارہی ہوتی تھی اور وہ احد احد کہہ رہے ہوتے اور یہ بھی کہتے اللہ ایک ہے' اللہ ایک ہے۔

فقیری کی حالت میں مرنا: حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اے بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ فقیری کی حالت میں مرنا' مالداری کی حالت میں نہ مرنا۔ میں نے عرض کیا مجھے یہ بات کیسے حاصل ہوگی' فرمایا: تجھے جو رزق ملے اسے چھپا کر نہ رکھ اور جو تجھ سے مانگا جائے اسے روک کر نہ رکھ۔ میں نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ میں یہ کیسے کرسکتا ہوں؟ فرمایا ایسا ہی کرنا ہوگا یا پھر آگ ہوگی۔

فاقہ کشی: حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: میں اللہ تعالیٰ کے راستہ میں ڈرایا گیا اور (اتنا) اور کوئی نہیں ڈرایا گیا اور مجھے اللہ تعالیٰ کے راستہ میں ستایا گیا کہ اتنا اور کوئی نہ ستایا گیا' مجھ پر تیس دن اور رات ایسے آئے کہ نہ میرے پاس کچھ تھا نہ بلال کے پاس کہ اسے کوئی کھالے مگر فقط اتنی چیز جسے بلال کی بغل چھپالے۔

جنت میں آہٹ: حضرت جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: میں جنت میں گیا تو اپنے آگے آہٹ سنی۔ میں نے پوچھا اے جبریل! (علیہ السلام) یہ کون ہے؟ بتلایا یہ بلال (کے پاؤں کی آواز) ہے۔ حضرت بریدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی روایت میں یہ اضافہ بھی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا میں نے پوچھا بلال تم جنت میں میرے آگے آگے کس سبب سے تھے؟ انہوں نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ میرا جب بھی وضو ٹوٹتا ہے تو میں وضو کرلیتا ہوں تو میں سمجھتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ کیلئے دو رکعتیں پڑھنا میرے ذمہ ہیں اور میں انہیں پڑھ لیتا ہوں۔

بہت کھانا کھلانے والے: حضرت حمزہ بن صہیب رضی اللہ تعالیٰ عنہ کھانا بہت کھلاتے تھے تو حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ان سے کہا: اے صہیب رضی اللہ تعالیٰ عنہ تم کھانا بہت کھلاتے ہو اور یہ تو مال میں فضول خرچی ہے' حضرت صہیب رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے جواب دیا کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا تم میں بہتر وہ ہے جو کھانا کھلائے اور سلام کا جواب دے' پس اس ارشاد نبوی ﷺ نے مجھے کھانا کھلانے پر ابھارا ہے۔

مشرکین نے آپ کو لہولہان کردیا: حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں میں مکہ گیا تو وادی والے ہر ڈھیلے' ہڈی اور پتھر سے مجھ پر ٹوٹ پڑے' میں بے ہوش ہوکر گر پڑا' پھر میں جب اٹھا تو گویا کہ میں سرخ پتھر ہوں۔ حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں میں مکہ آیا تو کہا وہ صابی کہاں ہے؟ مشرکین نے کہا یہ بے دین ہے' بے دین ہے اور مجھے ہڈیوں اور پتھروں سے مارنے لگے حتیٰ کہ وہ مجھے سرخ پتھر کی طرح کر کے چھوڑ گئے' جب صبح کی سردی لگی تو مجھے ہوش آیا اور میں اٹھا حتیٰ کہ زمزم پر پہنچا اور اس کے پانی سے نہایا اور پیا اور کعبۃ اللہ اور اس کے غلاف کے درمیان مجھ پر تیس دن اور راتیں ایسی گزریں کہ نہ میں کچھ کھاتا تھا نہ پیتا تھا' سوائے آب زمزم کے۔ حتیٰ کہ میرے پیٹ کی سلوٹیں ختم ہوگئیں اور میں نے اپنے جگر پر بھوک کی کوئی کمزوری نہ پائی' حتیٰ کہ جب ایک رات کو اللہ کے نبی ﷺ تشریف لائے اور بیت اللہ کا طواف کیا اور مقام ابراہیم پر نماز پڑھی تو میں پہلا آدمی تھا جس نے آپ ﷺ کو اسلام کا سلام کیا اور السلام علیکم کہا تو رسول اللہ ﷺ نے وعلیک ورحمۃ اللہ فرمایا۔

چار نبوی نصیحتیں: حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں مجھے میرے خلیل ﷺ نے چار چیزوں کی نصیحت فرمائی ہے۔ 1۔ مساکین سے محبت کرنا۔ 2۔ اپنے سے نیچے والے کو دیکھو اوپر والے کو نہ دیکھو۔ 3۔ حق بات کہو اگرچہ کڑوی کیوں نہ ہو۔ 4۔ اور یہ کہ اللہ تعالیٰ کے بارے میں کسی ملامت کرنے والے کی ملامت کی پرواہ نہ کروں۔

حساب آخرت کا خوف: ابوشعبہ کہتے ہیں کہ ایک آدمی حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس آیا اور انہیں خرچہ کیلئے کچھ پیش کیا تو حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا ہمارے پاس بھیڑیں ہیں جن کا ہم دودھ نکالتے ہیں اور اونٹ ہیں جو بوجھ اٹھاتے ہیں اور آزاد خادم ہیں اور ہمارے پہننے سے فالتو کپڑے ہیں' اب اس سے زیادہ پر مجھے حساب کا خوف ہے۔

لوگوں کی خیرخواہی وہمدردی: ایک بزرگ فرمایا کرتے کہ حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرمایا کرتے تھے کہ اے لوگو! میں تمہارا خیرخواہ ہوں' میں تم پر مہربان ہوں' رات کی تاریکی میں نماز پڑھو قبر کی وحشت کیلئے' دنیا میں روزہ رکھو اٹھنے کے دن کی گرمی کیلئے' تنگی کے دن کے خوف سے صدقہ کرو' اے لوگو! میں تمہارا خیرخواہ ہوں' میں تم پر مہربان ہوں۔

تقویٰ کی اہمیت وتاکید: حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ مجھے یہ آیت پڑھ کر سناتے تھے اور بار بار سناتے **ومن یتق اللہ یجعل لہ مخرجا ویرزقہ من حیث لایحتسب** (الطلاق:۲) (اور جو اللہ تعالیٰ سے ڈرتا ہے اللہ تعالیٰ اس کیلئے نجات کا راستہ نکالتے ہیں اور اسے ایسی طرح سے رزق دیتے ہیں' جس کا اسے گمان نہیں ہوتا)

قارئین کی موصول شدہ منتخب تحریریں

منظور حسین' اٹک۔ فرحت' لاہور۔ فرزانہ صغیر' کراچی۔ محمد اشرف' لاہور۔ نگہت ارشاد' لاہور۔ خورشید بانو' کراچی۔ نسیم صدیقہ' سرگودھا۔ مریم ایوب' اسلام آباد۔ عرفان زاہد۔ مسعود اللہ وٹو' قلعہ دیدار سنگھ۔ بندہ خدا' واہ کینٹ۔ ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ سیدہ عالیہ افزاء بخاری' ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ میاں امجد علی' فیصل آباد۔ فاروق احمد' ساہیوال۔ ڈاکٹر نفیس اقبال' ملتان۔ خادم حسین' ملتان کینٹ۔ نگہت' راولپنڈی۔ خلیل آمنہ۔ قاری محمد صادق' مظفر گڑھ۔ محمد بلال یارو کھوسہ' ڈیرہ غازیخان۔ نصیر احمد' ایبٹ آباد۔ مختار احمد' ہری پور ہزارہ۔ منان طیب' اسلام آباد۔ تنویر اقبال' ضلع اٹک۔ رابعہ' لاہور۔ اویس احمد' لاہور۔ عبدالواحد' واہ کینٹ۔ کوثر فردوس۔ محمد جمیل' پشاور۔ نجمہ عامر' گوجرانوالہ۔ حکیم عمر حبیب' گوجرانوالہ۔ ماسٹر محمد ایوب' تونسہ شریف۔ انیسہ خاتون' کراچی۔

صحت مند بچوں کی صحت بخش غذائیں

ماریہ علی

دانت نکالنے والے بچوں کیلئے کھجور کی چوسنی نہایت مفید تجربہ کار ثابت ہوتی ہے۔ ایک کھجور کی گٹھلی نکال کر دھاگے کے ساتھ بچے کے ہاتھ کے ساتھ باندھ دی جائے اور اسے چوسنے دی جائے تو اس کے مسوڑھے سخت ہوجائیں اور دانت آسانی سے نکلیں گے

صحت مند بچے صحت مند قوم کی علامت ہوتے ہیں۔ اس تناظر میں ترقی یافتہ قوموں کا چہرہ دیکھا جائے تو یہ حقیقت آشکار ہوگی کہ یورپ سے امریکہ تک اور بعض ایشیائی ممالک جہاں ذہنی ترقی کے مختلف مناظر دیکھنے کو ملتے ہیں۔ دراصل ایک صحت مند قوم کے ہاتھوں ہی ان ممالک کو خوشحالی ترقی اور حکمرانی کا درجہ حاصل ہوا ہے۔ بچوں کی صحت سے غفلت مجرمانہ کوتاہی کہلاتی ہے۔ آج عالمی ادارہ صحت کے بہت سے ذیلی ادارے اور دنیا بھر میں پھیلی ہوئی این جی اوز بچوں کی ذہنی وجسمانی ترقی کیلئے بھرپور کوششیں کررہی ہیں تو اس کا بنیادی سبب اور نصب العین یہی نظر آتا ہے کہ یہ قومیں جہالت اور بیماریوں کو ختم کرکے دنیا میں امن قائم کرنا چاہتی ہیں۔ واضح رہے کہ دنیا میں امن اسی وقت قائم ہوسکتا ہے جب ہر کسی کو صحت اور معاشی ترقی نصیب ہوگی۔ معاشی ترقی ایک صحت مند قوم کے ہاتھوں سے ہی جنم لیتی ہے اور قوم صحت مند تبھی بنتی ہے جب اس کے بچوں کی صحت کا گراف بلند ترین ہوگا۔

بچوں کی صحت برقرار رکھنے کے لیے بہت سے پہلوؤں اور ادوار پر نظر رکھنے کی ضرورت ہے۔ اس کے نمایاں ترین نکات یہ ہیں:۔ ایک صحت مند بچے کی ولادت سے قبل ماں کی صحت قابل رشک ہو اور اسے کسی قسم کے غذائی بحران کا سامنا نہ رہا ہو۔ پیدائش کے بعد بچے کو ماں کا دودھ پلانا بے حد ضروری ہے۔ شیر خوارگی کے دوران بچے کو ایسی غذائیں کھلائی جائیں جو تمام اہم غذائی ضروریات کی حامل ہوں اور کسی ایک غذا پر انحصار نہ کیا جائے۔

بچوں کی صحت کو بلند رکھنے کیلئے پہلے پانچ سال تک دودھ اور شہد بچے کی ذہنی وجسمانی ترقی کی ضمانت سمجھے جاتے ہیں۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق ہالینڈ' جرمنی اور بلجیم میں بچوں کی اعلیٰ ذہنی تصورات کی ایک بڑی وجہ شہد استعمال کرنا ہے۔ لہٰذا اب قدرت کی اس اہم ترین نعمت کو بچوں کیلئے لازمی ترین غذا کے طور پر پذیرائی حاصل ہورہی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بچوں کیلئے فوڈ سپلیمنٹ اور دیگر اجناس پر مشتمل ڈبہ بند غذائیں تیار کرنے والی کمپنیوں نے شہد کو لازمی جزو کی حیثیت میں فارمولوں میں استعمال کرنا شروع کردیا ہے چونکہ شہد حرارت اور عمدہ ترین توانائی ہے۔ اس لیے بچوں کی غذاؤں مثلاً دودھ' دہی' سلائس کے ساتھ بطور جیم اور میٹھے کھانوں میں اس کا استعمال لازمی رکھنا چاہیے۔ شہد محفوظ ترین گلوکوز' فرکٹوز اور سکروز پر مشتمل غذا ہے۔ اس میں 22 فیصد تمام امینو ایسڈ' 28 فیصد معدنی اجزاء' 11 فیصد انزائمز' 14 فیصد ترشہ اور 11 فیصد نشاستہ ہے۔ شہد پھیپھڑوں' انیمیاء' خراش والی کھانسی جلدی بیماریوں اور معدہ کے بہت سے امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔ **دہی سے علاج:** عالمی ادارہ صحت اور طبی سائنسدانوں نے بچوں کی بہترین پرورش کے لیے دہی کو مفید ترین غذا قرار دیا ہے۔ برصغیر میں تو اسے صحت بخش غذا کہا جاتا ہے جبکہ روس' یورپ' ترکی' مصر' یوگوسلاویہ اور اب امریکہ میں بھی دہی بچوں کی صحت کیلئے منفرد غذا قرار دے دیا گیا ہے۔ دہی نشوونما کرنے والی غذا ہے۔ اس میں پروٹینز اہم وٹامنز اور معدنی اجزاء ہوتے ہیں جو بچے دودھ پینے سے گریز کریں یا جنہیں دودھ ہضم نہ ہوتا ہو یا پھر معدہ میں گرانی پیدا ہونے لگے تو ایسے بچوں کو دہی کھلانا چاہیے۔ ویسے بھی دودھ تاخیر سے ہضم ہوتا ہے اگر یہ ایک گھنٹے میں 32 فیصد ہضم ہوتا ہے تو اتنی ہی دیر میں دہی 91 فیصد ہضم ہوتا ہے۔ **آلودہ غذاؤں سے نجات:** ہماری اکثر مائیں چاہتی ہیں ان کا بچہ خوب پھلے پھولے اور سرخ و سپید ہو تو ایسے بچوں کو دہی شہد سے میٹھا کھلانا چاہیے۔ آلودہ غذا اور ٹافیاں کھانے والے بچوں کے پیٹ میں کیڑے پیدا ہونے لگتے ہیں۔ اکثر مائیں گھبرا کر انہیں کیڑے مار ادویات کھلاتی اور پلاتی ہیں۔ جدید تحقیق کے مطابق پسا ہوا ناریل ایک چمچہ ناشتہ کے وقت کھلایا جائے اور اس کے بعد ہر تین گھنٹے بعد ایک چھوٹا چمچہ کسٹرائیل کی ایک خوراک لی جائے تو پاخانہ کھل کر آتا ہے اور کیڑے خارج ہوجاتے ہیں جب تک کیڑے ختم نہ ہوجائیں یہ نسخہ دہرایا جاسکتا ہے۔

کیڑے مار ادویہ سے چھٹکارا: گاجر بھی پیٹ کے کیڑے مارنے کیلئے مؤثر غذا ہے۔ ایک چھوٹا کپ کدوکش کی ہوئی گاجر صبح کے وقت کھالی جائے تو پیٹ کے کیڑے مارنے کیلئے مؤثر غذا ہے۔ ایک چھوٹا کپ کدوکش کی ہوئی گاجر صبح کے وقت کھالی جائے تو پیٹ کے کیڑے تیزی سے خارج ہوجاتے ہیں۔ گاجر کے علاوہ اس وقت کوئی دوسری غذا نہیں کھلانی چاہیے۔ **کیلے سے بچوں کی نشوونما:** بچوں کی بہترین نشوونما کیلئے کیلا مفید ترین غذا ہے۔ کیلے کی خوبی یہ ہے کہ بچوں میں کیلشیم' فاسفورس اور نائٹروجن کو تحفظ دیتا ہے جبکہ اس میں خوراک کو جزو بدن بنانے والی مفید ترین شکر بھی پائی جاتی ہے۔ تازہ پھلوں میں کیلا کیلوریز کی مقدار اور کم تر رطوبتوں کے اجزاء سے مالا مال ہے۔ ویسے تو کیلا بڑوں کیلئے بھی مفید پھل ہے لیکن بچوں کو روزانہ کھلانے سے ان کی صحت کا معیار بلند ہوجاتا ہے۔ ایسے بچے جن کا معدہ اکثر خراب رہتا ہو ان کیلئے کیلا سستی دوا کا کام کرتا ہے۔

مغزوں کا بادشاہ: مغزوں کا بادشاہ بادام بچوں کیلئے ایسی صحت بخش غذا ہے جو بدن اور دماغ کو توانائی پہنچاتی ہے۔ بچوں کیلئے بادام کا بہتر غذائی استعمال بادام کا دودھ ہے۔ چھلکا اترے باداموں کی گری کو گرائنڈ کرکے یہ دودھ حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اگر اس میں ابلا ہوا پانی یا دودھ ڈال کر تھوڑا سا میٹھا ڈال لیا جائے تو یہ خوش ذائقہ مشروب بن جاتا ہے۔ یورپ میں بادام کے دودھ سے دہی بھی جمایا جاتا ہے۔ 250 گرام مغز بادام سے ایک کلوگرام دودھ بنایا جاسکتا ہے۔

کھجور سے بچوں کو توانا بنائیں: کھجور ایک ملین اور مقوی غذا ہے۔ یورپ میں کھجور سے مختلف میٹھی غذائیں اور مشروب بنائے جاتے ہیں جو بڑوں کے علاوہ بچوں کی صحت کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتے ہیں۔ عرب باشندے بچوں کو کھجور کی غذائیں کھلا کر توانا بناتے ہیں۔ کھجور کھانے والے بچے ہمیشہ بہادر ہوتے ہیں۔ روسی ماہرین کے مطابق بچوں کو کھجوریں کھلاتے رہنے سے ان کی انتڑیوں میں کیڑے پیدا نہیں ہوتے۔

دانت نکالنے والے بچوں کیلئے کھجور کی چوسنی نہایت مفید تجربہ کار ثابت ہوتی ہے۔ ایک کھجور کی گٹھلی نکال کر دھاگے کے ساتھ بچے کے ہاتھ کے ساتھ باندھ دی جائے اور اسے چوسنے دی جائے تو اس کے مسوڑھے سخت ہوجائیں گے اور دانت آسانی سے نکلیں گے۔ ایسے بچے کو اسہال کی شکایت بھی نہیں ہوگی۔ کھجور اور شہد کی معجون دن میں تین بار دیا جائے تو دانت نکالنے والے بچوں کو پیچش کی شکایت نہیں ہوگی۔

جب دل متلائے تو۔۔۔

عبقری میں پڑھا کہ جب دل متلائے تو تین سبز الائچی ایک ایک کرکے کھائیں' ایک سے دو منٹ میں مکمل افاقہ ہوجاتا ہے۔ مجھے بہت فائدہ ہوا۔ (اہلیہ محمد سلیمان' لاہور)

دشمن کی نظر سے مستور رہنے کا ایک عمل

(مینا دار خان، کوہاٹ)

ایک عامل سے بہت ہی نایاب عمل مجھے ملا جس کا طریقہ کچھ اس طرح سے ہے آیۃ الکرسی ایک مرتبہ، چاروں قل تین مرتبہ اول وآخر درود شریف پانچ مرتبہ پڑھیں۔ یہ عمل چارپائی پر بیٹھ کر پڑھنا شروع کریں اور پورا ہوجانے کے بعد چارپائی کے تمام کونوں پر دم کریں۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے معارف القرآن جلد نمبر پانچ صفحہ نمبر 491 پر ایک نبوی صلی اللہ علیہ وسلم عمل پڑھا۔ اس عمل کے کرنے سے میں بہت سی ایسی جگہوں سے بھی بالکل ٹھیک گزر گیا جہاں سے بچ کر آنا ناممکن تھا۔ آج کل کا دور فتنوں کا دور ہے، حفاظت کے اعمال کی جتنی ضرورت اس دور میں ہے، پہلے کبھی نہ تھی۔ اس عمل کو کرنے کے بعد آپ چور، ڈکیت، حاسد، دشمن اور ہر شر پہنچانے والی چیز کے شر سے بچ جائیں گے۔ عمل درج ذیل ہے:۔ حضرت کعب رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم جب مشرکین کی آنکھوں سے مستور ہونا چاہتے تو قرآن کی تین آیتیں پڑھ لیتے تھے، اس کے اثر سے کفار آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو نہ دیکھ سکتے تھے، وہ تین آیتیں یہ ہیں۔ ایک آیت سورۂ کہف میں ہے یعنی اِنَّا جَعَلْنَا عَلٰی قُلُوْبِهِمْ اَكِنَّةً اَنْ يَّفْقَهُوْهُ وَفِیْٓ اٰذَانِهِمْ وَقْرًا (کہف 57)۔ دوسری آیت سورۂ نحل میں ہے اُولٰٓئِكَ الَّذِيْنَ طَبَعَ اللّٰهُ عَلٰی قُلُوْبِهِمْ وَسَمْعِهِمْ وَاَبْصَارِهِمْ (النحل 108) اور تیسری آیت سورۂ جاثیہ میں ہے اَفَرَءَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ اِلٰهَهٗ هَوٰىهُ وَاَضَلَّهُ اللّٰهُ عَلٰی عِلْمٍ وَّخَتَمَ عَلٰی سَمْعِهٖ وَقَلْبِهٖ وَجَعَلَ عَلٰی بَصَرِهٖ غِشٰوَةً۔ (الجاثیہ 23) حضرت کعب رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ معاملہ میں نے ملک شام کے ایک شخص سے بیان کیا اس کو کسی ضرورت سے رومیوں کے ملک میں جانا تھا وہاں گیا اور ایک زمانہ تک وہاں مقیم رہا پھر رومی کفار نے اس کو ستایا تو وہ وہاں سے بھاگ نکلا ان لوگوں نے اس کا تعاقب کیا، اس شخص کو وہ روایت یاد آگئی اور مذکورہ تین آیتیں پڑھیں۔ قدرت نے ان کی آنکھوں پر ایسا پردہ ڈالا کہ جس راستہ پر یہ چل رہے تھے اسی راستہ پر دشمن گزر رہے تھے، مگر وہ ان کو نہ دیکھ سکتے تھے۔

امام ثعلبی کہتے ہیں کہ حضرت کعب سے جو روایت نقل کی گئی ہے میں نے رئے کے رہنے والے ایک شخص کو بتلائی۔ اتفاق سے دیلم کے کفار نے اس کو گرفتار کرلیا کچھ عرصہ ان کی قید میں رہا پھر ایک روز موقع پاکر بھاگ کھڑا ہوا، یہ لوگ اس کے تعاقب میں نکلے مگر اس شخص نے بھی یہ تین آیتیں پڑھ لیں اس کا یہ اثر ہوا کہ اللہ رب العزت نے ان کی آنکھوں پر ایسا پردہ ڈال دیا کہ وہ اس کو نہ دیکھ سکے۔ حالانکہ ساتھ ساتھ چل رہے تھے اور ان کے کپڑے ان کے کپڑوں سے چھو جاتے تھے۔

امام قرطبی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کہتے ہیں کہ ان تینوں کے ساتھ سورۂ یٰسین کی پہلی 9 آیات بھی ملالی جائیں جن کو آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے ہجرت کے وقت پڑھا تھا جبکہ مشرکین مکہ نے آپ کے مکان کا محاصرہ کر رکھا تھا آپ نے یہ آیات پڑھیں اور ان کے درمیان سے نکلتے ہوئے چلے گئے بلکہ ان کے سروں پر مٹی ڈالتے ہوئے گئے، ان میں سے کسی کو خبر تک نہیں ہوئی۔ امام قرطبی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھے خود اپنے ملک اندلس میں قرطبہ کے قریب قلعہ منشور میں یہ واقعہ پیش آیا کہ میں دشمن کے سامنے بھاگا اور ایک گوشہ میں بیٹھ گیا، دشمن نے دو گھوڑ سوار میرے تعاقب میں بھیجے اور میں بالکل کھلے میدان میں تھا کوئی چیز پردہ کرنے والی نہ تھی مگر میں سورۂ یٰسین کی یہ آیتیں پڑھ رہا تھا، یہ دونوں سوار میری برابر سے گزرے پھر جہاں سے آئے تھے لوٹ گئے کیونکہ وہ مجھے دیکھ نہ سکے اللہ تعالیٰ نے ان کو مجھ سے اندھا کردیا تھا۔ (قرطبی)

ایک عامل سے بہت ہی نایاب عمل مجھے ملا جس کا طریقہ کچھ اس طرح سے ہے آیۃ الکرسی ایک مرتبہ، چاروں قل تین مرتبہ، اول وآخر درود شریف پانچ مرتبہ پڑھیں۔ یہ عمل چارپائی پر بیٹھ کر پڑھنا شروع کریں اور پورا ہوجانے کے بعد چارپائی کے تمام کونوں پر دم کریں۔ اس طرح تین مرتبہ یہ عمل دہرائیں۔ ان حضرات کیلئے یہ عمل بہت کارآمد ہے جو ہر روز احتلام کا شکار ہوجاتے ہیں یا مہمان بن کر دوسری جگہ رات گزارتے ہیں۔ اس عمل کا دوسرا بڑا فائدہ یہ ہے کوئی بھی مضر چیز صبح تک آپ کو نقصان نہیں پہنچا سکتی۔ اس عمل کے کرنے سے آپ کو احتلام ہرگز نہیں ہوگا گارنٹی شدہ ہے۔ تقریباً تین چار سال سے میرا آزمودہ عمل ہے۔

روحانی وجسمانی مسائل سے چھٹکارا

میں جسمانی، نفسیاتی، روحانی بیماریوں اور روزگار کی وجہ سے بہت پریشان تھا مگر یَاالْمُهَيْمِنُ اور یَاعَفُوُّ ہر وقت پڑھنے سے ان مسائل سے کافی حد تک چھٹکارا مل چکا ہے۔ (اخلاق احمد، ملتان)

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

پیغمبرِ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 90

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

فتوح البلدان بلاذری میں ہے کہ: جب سمرقند فتح ہوا تو وہاں کے لوگوں کو کسی طرح پتہ چل گیا کہ اصل ترتیب اسلام میں یہ ہے کہ: سب سے پہلے اسلامی لشکر کی طرف سے وہاں کے غیر مسلموں کو اسلام کی دعوت دی جائے۔ اگر وہ لوگ دعوت اسلام قبول نہ کریں تو انہیں جزیہ کی پیش کش کی جائے اگر وہ اس پیش کش کو بھی ٹھکرا دیں تو پھر اسلامی لشکر کو کفار کے اس ملک یا شہر پر حملہ کی اجازت ہے کہ وہ حملہ کردے۔

تو اہل سمرقند کو ایک عرصہ بعد ہوش آیا کہ اسلامی لشکر نے بغیر دعوت اسلام دیئے اور جزیہ کی پیش کش کیے سمرقند کو فتح کرلیا ہے جبکہ مسلمان وہاں بس گئے تھے اور گھر بنالیے تھے تو اہل سمرقند نے ایک وفد حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں روانہ کیا جنہیں خلفاء راشدین میں شمار کیا جاتا ہے اور خلیفہ خامس کہا جاتا ہے تو وفد نے ان کی خدمت میں جاکر شکایت کی کہ سمرقند کو اس سنت اور شرعی حکم پر عمل کیے بغیر مسلمانوں نے فتح کیا ہے۔

تو انہوں نے سمرقند کے قاضی کے نام ایک خط لکھا کہ یہ خط ملتے ہی فوراً عدالت لگاؤ اور گواہی طلب کرو کہ جس وقت مسلمانوں نے سمرقند کو فتح کیا تو کیا اس سنت پر عمل کیا گیا تھا کہ نہیں؟ اگر اس سنت پر عمل کا کوئی ثبوت نہ ملے تو تمام مسلمان فوجیں اسی وقت سمرقند چھوڑ کر اس کی حدود سے باہر جاکر کھڑی ہوجائیں اس کے بعد اس سنت پر عمل کریں۔ پہلے اہل سمرقند کو اسلام کی دعوت دیں، اگر منظور ہو تو فبہا ورنہ جزیہ کا کہیں، اسے بھی اگر نہ مانیں تب جہاد کریں۔

قاضی صاحب نے خط ملتے ہی عدالت قائم کی، مدعا علیہ مسلمانوں کی فوج کے کمانڈر ہیں اور دنیا کی تاریخ میں شاید اس واقعہ کی نظیر نہ ملے کہ ایک کمانڈر جس نے اپنی شمشیر کی نوک سے اتنا اہم علاقہ ترکستان کا دارالخلافہ فتح کیا تھا، وہ قاضی کے سامنے ایک مدعا علیہ اور ایک معمولی مسلمان کی حیثیت سے حاضر تھا۔ اس سے پوچھا گیا اس نے اعتراف کیا کہ ہاں مجھ سے یہ غلطی ہوئی کہ میں یلغار میں اور اسلامی فتوحات کے تسلسل میں اس (باقی صفحہ نمبر 9 پر)

منفی سوچ ڈپریشن پیدا کرتی ہے

بشیر محمود

طبی لحاظ سے دیگر جسمانی عوارض کی طرح ڈیپریشن کی تحقیق بروقت ہونی چاہیے اسی طرح جس طرح دیگر امراض کے شکار افراد کو علاج توجہ اور محبت کی ضرورت ہوتی ہے' ویسے ہی ڈیپریشن کے مرض میں مبتلا افراد بھی اس حق رکھتے ہیں۔

مایوسی کو گناہ قرار دیا گیا ہے' انسان اپنے پر قنوطیت طاری کرلے' ہر خیر کے برے پہلو پر ہی نظر رکھے' خیر میں بھی شر کے پہلو تلاش کرتا رہے تو سمجھ لیجئے وہ ایک مایوس انسان ہے۔ دراصل ہر شر میں بھی خیر ہی پنہاں ہوتی ہے' مایوس شخص ہر وقت خوف اور وحشت کا شکار رہتا ہے اسے رسی بھی سانپ نظر آتی ہے' ایک معمولی سی آواز پر اس کے دل کی دھڑکن میں اضافہ ہوجاتا ہے وہ ہر وقت اور ہر لمحے ایک انجانے اور موہوم خوف کا شکار رہتا ہے' یہ انسان کی اندرونی کیفیت ہے جسے وہ اپنے آپ پر حاوی کرلیتا ہے حالانکہ چاہیے تو یہ کہ وہ ہر مصیبت اور دکھ کا سامنا کرنے کیلئے جوانمردوں کی طرح تیار رہے' ورنہ دنیا میں زندہ رہنا مشکل ہوجاتا ہے' خوشی اور غم انسانی زندگی کا لازمہ ہیں ان سے چھٹکارا حاصل کرنا قبیل المحالات ہے۔ اگر دنیا میں خوشیاں ہی خوشیاں ہوں اور دکھوں کا وجود ہی عنقا ہو تو ان خوشیوں میں بھی کوئی جاذبیت باقی نہیں رہ جاتی۔ ہاں! اتنا ضرور ہے کہ ہم خوشیوں کے حصول کے متمنی ہوتے ہیں مگر نہ چاہتے ہوئے بھی دکھوں اور پریشانیوں سے ہمارا واسطہ پڑجاتا ہے' ہمارے مکمل صحت مند ہونے کی علامت یہ ہے کہ ہم حقائق کو قبول کرتے ہوئے کوئی بھی تلخ یا افسوس ناک واقعہ بھلا کر خوشیوں کو تلاش کرنے کی سعی میں لگے رہیں جب انسان اپنے پر مایوسی طاری کرلیتا ہے تو اس صورت کو ڈیپریشن کا نام دیا جاتا ہے۔ طبی ماہرین نے یہ خدشہ ظاہر کیا ہے کہ ڈیپریشن کا مرض جس تناسب سے پھیلتا جارہا ہے اگر اس پر قابو نہ پایا گیا تو آئندہ چند سالوں تک ہارٹ اٹیک کے بعد ڈیپریشن دنیا کا سب سے خطرناک مرض ہوگا۔ افسوس کی بات یہ ہے کہ ڈیپریشن کے بارے میں عوام کی معلومات بہت کم ہیں اس سے پہلے کہ بہت دیر ہوجائے لوگوں کو اس خطرناک مرض کے بارے میں آگاہ کرنا ضروری ہے۔ ایک عام مشاہدے کے مطابق معاشرے کا ہر طبقہ یکساں اس مرض کی زد میں ہے' انتہائی غریب اور امیر لوگ اس کا شکار ہوسکتے ہیں۔ یہ بات الگ ہے کہ نوے فیصد لوگ یہ سوچ کر علاج کی طرف راغب نہیں ہوتے کہ مبادا لوگ یہ نہ سمجھ لیں وہ کسی ذہنی یا دماغی عارضہ میں مبتلا ہیں' صرف دس فیصد افراد ایسے ہیں جو اسے مرض کی حیثیت دیتے ہیں اور اپنا علاج کرانا ضروری خیال کرتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق ہمارے مردوں کے مقابلے میں خواتین زیادہ ڈیپریشن کا شکار ہیں' چار خواتین میں سے ایک خاتون کو جبکہ سات مرد حضرات میں سے ایک کو اپنی زندگی میں ڈیپریشن کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ بعض طبی ماہرین کے مطابق ڈیپریشن صرف ایک ذہنی مرض نہیں بلکہ ذیابیطس کی مانند ایک حیاتیاتی مرض ہے' البتہ اتنا فرق ضرور ہے کہ اس مرض کی علامات نفسیاتی ہیں' دراصل اس کی وجہ انسانی ذہن میں ہونے والی حیاتیاتی کیمیائی تبدیلیاں ہیں جو اسے زندگی سے مایوس اور بیزار کردیتی ہیں۔

ڈیپریشن میں مبتلا افراد کے سر پر کسی بھی افسوسناک واقعہ یا کسی چیز کے واقع ہونے کا خوف مستقل طور پر طاری رہتا ہے یہ خوف وہ اس وقت تک محسوس کرتے رہتے ہیں جب تک کہ انہیں اس بات کا اچھی طرح احساس نہ ہوجائے جو وہ سوچ رہے ہیں وہ بالکل غلط ہے اور ایسا کچھ بھی ہونے والا نہیں یا پیش آنے والے حالات پر وہ کسی نہ کسی طرح ضرور قابو پالیں گے تاہم ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ یہ حقیقت تسلیم کرنے میں کوئی باک نہیں ہونا چاہیے کہ ڈیپریشن کے مریضوں کو پرامید زندگی کی طرف واپس لانا کوئی اتنا آسان کام بھی نہیں۔ طبی لحاظ سے دیگر جسمانی عوارض کی طرح ڈیپریشن کی تحقیق بروقت ہونی چاہیے اسی طرح جس طرح دیگر امراض کے شکار افراد کو علاج توجہ اور محبت کی ضرورت ہوتی ہے' ویسے ہی ڈیپریشن کے مرض میں مبتلا افراد بھی اس کا حق رکھتے ہیں۔ مغربی ممالک کے لوگ اس لحاظ سے زیادہ باشعور ہیں وہاں ڈیپریشن کے شکار افراد کو علاج و معالجہ اور نفسیاتی مدد حاصل کرنے کیلئے کسی قسم کی مشکلات کا سامنا نہیں کرنا پڑتا وہاں بڑے سے بڑا آدمی بھی یہ چیز قبول کرنے میں کوئی عار محسوس نہیں کرتا کہ وہ ڈیپریشن کا شکار ہے۔ ڈیپریشن کے معاملہ میں شاید دنیا بھر میں ہمارا ہی وہ واحد ملک ہے جہاں ڈیپریشن کو پاگل پن کے زمرے میں شمار کیا جاتا ہے بلکہ اس معاملے میں خاموش رہنے کو ہی ترجیح دی جاتی ہے۔ ادھر ڈیپریشن کا مریض گھر والوں کیلئے بھی کوئی مسئلہ پیدا نہیں کرنا چاہتا وہ اپنے اندر کی خاموشی اور تکلیف دہ آوازیں خود ہی سنتا رہتا ہے خاص طور پر خواتین اس مرض کو سمجھنے سے قطعی طور پر قاصر رہتی ہیں' شوہر سمیت خاندان کے قریبی افراد بھی اس کو بیمار تسلیم کرنے کیلئے تیار نہیں ہوتے ان حالات میں مریضہ کو کسی ڈاکٹر کے پاس لے جانے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا' اکثر جگہوں پر ایسی کوششوں کی مزاحمت کی جاتی ہے چنانچہ خواتین اس مرض کے بارے میں جاننے سے قاصر رہتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ بیماری کی تشخیص نہ ہونے کے باعث اس مرض میں مسلسل اضافہ ہوتا رہتا ہے دیکھا یہی گیا ہے کہ اکثر مریض خواتین نیند کی گولیاں کھا کھا کر وقت گزارتی رہتی ہیں کیونکہ اس کے علاوہ انہیں اور کوئی چارا نظر نہیں آتا نیند انہیں پریشان کرنے والی خاموش ''آوازوں'' سے وقتی طور پر نجات دے دیتی ہے۔ ڈاکٹروں کے مطابق ڈیپریشن کے عارضے کیلئے موثر ادویات موجود ہیں تاہم اس امر کا خیال رکھنا چاہیے کہ کوئی علاج کیلئے نیم حکیم کے شکنجے میں نہ آجائے عام ڈاکٹر بھی ڈیپریشن کے علاج میں ناکام نظر آتے ہیں۔ ہمارے ہاں! ایک بے حد افسوسناک بات یہ ہے کہ ہم بغیر نسخے کے ادویات حاصل کرکے بلاوجہ کھاتے رہتے ہیں' یہ ایک بڑی ہی احمقانہ بات ہے کہ چونکہ فلاں شخص فلاں دوائی استعمال کرنے سے بھلا چنگا ہوگیا تھا' اس لیے ہر ایک شخص کو وہ دوا مناسب رہے گی جبکہ ہر مرض کی علامات مختلف ہوتی ہیں۔ یہ ماہر ڈاکٹر کا ہی کام ہے کہ وہ باقاعدہ تشخیص کرکے مریض کیلئے نسخہ تجویز کرے اور خود اپنایا کسی کا علاج کرنا بے حد خطرناک نتائج کا حامل ہوسکتا ہے۔ بعض ماہرین کے مطابق ہارمونز کی تبدیلی بھی خواتین کو ڈیپریشن کا شکار کرسکتی ہے' ایسے شواہد بھی ملے ہیں جن میں ڈیپریشن کے دوران جسم کا مدافعتی نظام بھی خراب ہوجاتا ہے اس صورت میں مریض کے دل کی دھڑکن معمولی تیز ہوجاتی ہے۔ بلڈ پریشر اور کولیسٹرول لیول میں اضافہ ہوجاتا ہے یہاں تک کہ شریانوں میں خون کے کلاٹس بننے لگتے ہیں جس کے نتیجے میں مختلف قسم کے امراض میں لوگ گرفتار ہوجاتے ہیں۔ ڈیپریشن کے اسباب بھی مختلف ہوتے ہیں۔ شروع میں ہی ڈاکٹر کو دکھانے سے مرض میں افاقہ ہوجاتا ہے' ورنہ صورت حال گھمبیر ہوتی چلی جاتی ہے۔ مرد حضرات تو اپنے حلقہ احباب میں اپنی پریشانیاں ڈسکس کرلیتے ہیں جبکہ خواتین گھروں میں ہی مصروف ہونے کے باعث کسی سے دل کی بات نہیں کرسکتیں وہ تنہائی کا شکار رہتی ہیں گھر میں خواتین ایک سے زیادہ بھی ہوں تو بھی ایک دوسرے سے تعاون کے مظاہرے کم ہی نظر آتے ہیں۔ ٹینشن کے باعث آئے روز لڑائی جھگڑے بھی معمول بن چکے ہیں۔

اور پھر گرمی آگئی۔۔۔! احتیاط کرلیں

شازیہ فخر، ایبٹ آباد

اس لیے ہمیں چاہیے کہ اپنے گھر میں سفیدی کروائیں۔ نالیوں میں صفائی کے بعد فینائل چھڑکیں۔ صحن اور کمروں کے فرش کو دھوئیں اور ہمیشہ صاف ستھرا رکھیں۔ کوڑے کرکٹ کو ڈھکنے والے ٹن یا پلاسٹک کے تھیلوں میں جمع کریں

مارچ میں خیمہ زن ہونے والا کاروان بہار رخصت ہوچکا ہے یا رخصت ہونے کی تیاریاں کررہا ہے۔ ملک کے کوہستانی علاقوں میں ابھی اس کا پڑاؤ رہے گا لیکن میدانی اور جنوبی علاقوں میں رات دن کے تیور بتارہے ہیں کہ گرمیاں آگئی ہیں۔ گندم کی فصل سنہری رنگت اختیار کرگئی ہے۔ آم کے درختوں میں کیریاں جھول رہی ہیں اور دوپہر کی تیز دھوپ میں گھنے درختوں میں کوئل کوک رہی ہے۔

اس مہینے میں کالی کھانسی' بخار' خرابی خون' لاکڑا کاکڑا' خسرہ' موتی جھرا اور دیگر جلدی عوارض کے سر اٹھانے کے امکانات نہایت شدید ہوتے ہیں اور ایسے افراد کیلئے جنہوں نے جنوری' فروری بالخصوص مارچ کا مہینہ بے احتیاطی و بے اعتدالی سے نیز کسی طبی احتیاط و اعتدال کے بغیر گزارا ہو ان کیلئے ماہ اپریل کی بہار آفرینی مہینہ کا پہلا ہفتہ ختم ہوتے ہی عجیب عجیب جلدی امراض کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہے۔

بلغمی امراض کے علاوہ موسم گرما کے اوائلی امراض نزلہ زکام اور خسرہ وغیرہ کی شکایات اکثر دیکھنے میں آتی ہیں۔ بحیثیت مجموعی یہ مہینہ خوشگوار موسم کا حامل ہوتا ہے۔ درختوں میں نئی کونپلیں اور شگوفے پھوٹتے ہیں جو انواع و اقسام کے ثمرات کی افزائش کا باعث بنتے ہیں۔ رنگ برنگے پھول کھلتے ہیں جن کی خوبصورتی نہ صرف بصارت اور دل و دماغ کو ہی تقویت دیتی ہے بلکہ طرح طرح کی خوشبوئیں بھی فضا کو معطر کرتی ہیں اور روح انسانی مسرت حاصل کرتی ہے۔ بدیں وجوہ طبیعت میں فرح واسطہ ہوتا ہے۔

اس مہینے کے صحتی تقاضوں کے بارے میں اپنی تحقیقات و طبی تجربات کی روشنی میں متفقہ طور پر یہ اصول معین کیا ہے۔ اس مہینے میں جلاب لینا اور فصد کھلوانا حفظ صحت کے نکتہ نظر سے بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ جن تیزابی اور آتش مزاج مادوں کے گوشت اور جلد کو چیر کر بیرون خروج کرنے کا قطعی امکان ہوتا ہے اور جو معالجاتی اعتبار سے اچھی خاصی تشویش و پریشانی کا موجب ہوتے ہیں انہیں جلاب یا فصد کے ذریعہ ہی خارج اور زائل کردینا چاہیے تاکہ موسمی تغیر کے پیدا کردہ جلدی اور جسمانی عوارض کے امکانات و اثرات کو ابتداء ہی میں ختم کیا جاسکے۔ جلاب یا فصد کے ضمن میں حتی الوسع تمام ممکنہ امور و احتیاط کو ملحوظ رکھنا قطعی ضروری ہے کیونکہ بے احتیاطی کے ساتھ جلاب و فصد کا عمل باعث نقصان بھی ہوسکتا ہے۔

سیروتفریح کیلئے بہترین موسم: اس مہینہ میں اچھے اور خوبصورت نظاروں کی حامل جگہوں کی سیر کرنی چاہیے۔ سال بھر کی محنت و مشقت کے بعد چند دن جسم اور جان (روح) کو آرام دے دیا جائے تو تھکاوٹ' کسلمندی اور بے دلی کم ہوکر انسان تازہ دم ہوجاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ترقی یافتہ اقوام کے افراد ان دنوں مختلف جھیلوں' پہاڑوں اور جنگلوں کے پرفضا مقامات پر چند یوم ضرور بسر کرتے ہیں اور یہی چیز ان کی تندرستی میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔

صفائی ستھرائی کا خاص خیال رکھیں: ویسے تو رہائشی جگہوں کو صاف ستھرا رکھنا انسان کا فرض ہے۔ مگر خاص طور پر ان ایام میں ذرا زیادہ ہی توجہ دی جائے تو اپنے آپ کو اور اپنے خاندان کو ملیریا جیسے موذی مرض سے محفوظ رکھا جاسکتا ہے کیونکہ گندی جگہوں پر مچھروں کی افزائش ہوتی ہے جو ملیریا بخار پھیلاتے ہیں۔

اسی طرح مکھیاں بھی جو کہ ہیضے جیسی مہلک وباء کا باعث ہوتی ہیں گندی جگہوں پر پرورش پاتی ہیں۔ اس لیے ہمیں چاہیے کہ اپنے گھر میں سفیدی کروائیں۔ نالیوں میں صفائی کے بعد فینائل چھڑکیں۔ صحن اور کمروں کے فرش کو دھوئیں اور ہمیشہ صاف ستھرا رکھیں۔ کوڑے کرکٹ کو ڈھکنے والے ٹن یا پلاسٹک کے تھیلوں میں جمع کریں۔ کمروں میں وقتاً فوقتاً اگربتی جلائیں یا ہرمل کی دھونی دیں تاکہ ہوا صاف رہ سکے۔ سوتے وقت مچھردانی کا استعمال نہایت مفید ہے۔ روزانہ غسل کریں۔ بدن پر سرسوں کے تیل کی مالش کریں۔ خوشبوئیں اور پھول سونگھنا بھی مفید ہے۔ نہار منہ پانی پینے سے پرہیز کریں۔

طبی تقاضے: اپریل بلکہ موسم گرما کے اپنے تقاضے ہوتے ہیں۔ اس موسم میں بعض لوگوں کو خاص طور پر احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں تاکہ ان کی صحت کو کسی قسم کے خطرات لاحق نہ ہوں ان میں کھلاڑی' مزدور' بچے بوڑھے اور مسکن دوائیاں استعمال کرنے والے خاص طور پر قابل ذکر ہیں۔ کھلاڑیوں کو تربیت دینے والوں اور محنت مزدوری کرنے والوں کا یہ فرض ہے کہ وہ اس بات کا خیال رکھیں کہ انہیں مناسب وقفوں کے ساتھ کافی مقدار میں پینے کیلئے پانی ملتا رہے۔ بچوں کو بند اور گرم کمروں میں بھی نہیں رکھنا چاہیے۔ اسی طرح بوڑھوں کو بھی چاہیے کہ وہ دھوپ کے وقت باہر نکلنے سے گریز کریں۔ اپریل کا تقاضا ہے کہ صاف ستھرے رہیے صاف ستھری ہلکی غذا کھائیے۔ صاف پانی پیجئے اور زیادہ گرمی پیدا کرنے والی ثقیل چیزوں کا استعمال کم سے کم رکھیے۔ اپریل کی صبحیں مسکراتی ہیں ان کا جواب بھی مسکراہٹ سے دیجئے اور یہ اسی وقت ممکن ہے کہ جب آپ محتاط ہوں' صحت مند ہوں رات کو جلد سوئیں اور صبح سویرے بیدار ہوکر اپنے دن کا آغاز کریں۔

اپریل میں کیا کھائیں؟: اس مہینہ میں بھنی ہوئی چیزیں' شکار کے گوشت اور سرکے کی چیزیں استعمال کرنی چاہئیں۔ اگرچہ اس موسم میں تیز مصالحہ والی بھنی ہوئی غذاؤں کو طبیعت چاہتی ہے مگر نہ تو زیادہ تیز مصالحہ اچھی چیز ہے کہ یہ معدے کی چنٹوں کے فعل کو باطل کرتا ہے اور نہ ہی حد سے زیادہ بھنا ہوا گوشت مفید ہے کیونکہ اس کے تمام حیاتین جل کر تباہ ہوجاتے ہیں اس لیے بھنے ہوئے سے مراد معتدل (درمیانہ درجہ) بھوننا ہے۔ مچھلی بھی کھاسکتے ہیں۔ پودینہ اور پیاز کی چٹنی یا ٹماٹر ساس بھی نہ صرف کھانے کو لذیذ بناتے ہیں بلکہ ہاضم میں بھی ممد و معاون ثابت ہوتے ہیں ہر قسم کا اچار کھانے سے اس لیے پرہیز کرنا چاہیے کہ اس سے گلے کے غدود کو نقصان پہنچتا ہے۔ رات کو کھانا کم کھائیں اور اس کے بعد کچھ دیر چہل قدمی کریں اس سے ہضم میں بھی مدد ملتی ہے بعد ازاں سونے کیلئے پلنگ پر جائیں۔ سوچوں سے دماغ کو خالی کریں صرف اللہ تعالیٰ کی طرف رجوع کریں مغفرت کی دعائیں مانگیں اور سوجائیں۔

(بقیہ: پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

اہم شرعی حکم پر عمل نہیں کرسکا۔ جب یہ معاملہ ثابت ہوگیا تو قاضی صاحب نے حکم دیا کہ مسلمان سمرقند شہر خالی کردیں مسلمانوں نے گھر بنالیے تھے' کھیتیاں جوت لیں تھیں۔ بہت سے لوگوں نے سمرقند کو اپنا شہر بنالیا تھا تو سب کچھ چھوڑ کر دامن جھاڑ کر چلے گئے۔ باہر جاکر کھڑے ہوگئے۔ جب وہاں کے بت پرستوں اور مشرکوں نے یہ معاملہ دیکھا کہ ان کے دلوں میں شریعت کا اتنا احترام ہے اور عدل و انصاف کا ان کے دلوں میں اتنا لحاظ ہے کہ وہ اپنے قائد اور چیف آف آرمی سٹاف پر اسے نافذ کرتے ہیں تو انہوں نے کہا کہ اب لڑائی کی ضرورت نہیں ہم خود مسلمان ہوتے ہیں۔ چنانچہ سمرقند سارے کا سارا مسلمان ہوگیا۔
(عطاء الرحمن صاحب) (بشکریہ: ماہنامہ تدریس القرآن)

جمادی الاخریٰ میں غربت تنگدستی سے نجات

مندرجہ ذیل اعمال بزرگان دین اور صالحین کے آزمودہ اور منقول شدہ ہیں جن کے شائع کرنے کا مقصد مخلوق خدا کو تسبیح اور مصلے کے ساتھ غیر شرعی اعمال کے بجائے نوافل و تسبیحات کے ذریعہ جوڑنا ہے۔

اسلامی سال کے چھٹے مہینہ کا نام جمادی الاخریٰ ہے۔ جمادی الثانی کی 22 تاریخ 13ھ کو سہ شنبہ کے دن حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ خلیفہ منتخب ہوئے۔ اس ماہ کی بائیس تاریخ 13 ہجری کو حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کا وصال ہوا۔ یہ بہت بابرکت مہینہ ہے۔ اس مہینہ میں وظائف و نوافل پڑھنے کا بیان اس طرح سے ہے۔

جائز حاجات پوری ہونگی: پہلی شب: اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے، ایک مرتبہ معوذتین پڑھے اور سجدے میں جا کر تیس مرتبہ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُO کہہ کر نہایت توجہ و یکسوئی سے بارگاہ الٰہی میں دعا مانگے، انشاء اللہ تعالیٰ جو بھی جائز حاجت ہوگی وہ پوری ہوگی۔ اس کے علاوہ پہلی رات کو نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز پڑھے اور جو جتنا بھی قرآن پاک پڑھ سکتا ہو، پڑھے۔ نماز وغیرہ سے فارغ ہو کر بکثرت استغفار اور درود پاک پڑھے۔

ہر حاجت اور ہر طلب کیلئے: کسی قسم کی مالی پریشانی ہو یا گھریلو پریشانی ہو یا کوئی رکاوٹیں ہوں تو درج ذیل آیت کا کثرت سے ورد کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی ہر جائز حاجت کو پورا فرمائیں گے۔

اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُO یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ

اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُO یَااَللّٰہُ یَارَحِیْمُ

مصیبت کو ٹالنے کیلئے: درج ذیل آیت کو اٹھتے بیٹھتے نہایت توجہ اور یقین کیساتھ پڑھیں اللہ تعالیٰ آپ کی تمام مصیبتوں کو ٹال دیگے۔ فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًاO اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًاO (پارہ 30 سورۃ الم نشرح، آیت نمبر 6،5)

گھر کاروبار کی خیر و برکت کیلئے: بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ 786 بار پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک ماریں پانی پر بھی تین بار پھونک ماریں جس گھر میں رہتے ہیں اس کی خیر و برکت کیلئے تین پھونکیں ماریں اور کاروبار کیلئے دکان یا کارخانہ یا ملازمت والی جگہ کی طرف تین پھونکیں ماریں۔ دم کیے ہوئے پانی سے تھوڑا پانی لیں گھر کی چھت پر چاروں کونوں میں پانی ڈالیں آسمانی بلائیں دور ہوجائیں گی۔ گھر کی دیواروں پر دم کیا ہوا پانی چھڑکیں گھر کے اندر تعویذ دھاگہ نحوست کالا جادو ختم ہوجائے گا۔ انشاء اللہ باقی پانی پینے کیلئے ہے اس سے جسمانی شفاء اور روحانی علاج ہوجائے گا۔ یہ عمل انتہائی یقین کے ساتھ چند ماہ مستقل کریں تمام مسائل حل ہوجائیں گے۔

تقرب الٰہی کیلئے: نوافل: جمادی الثانی کی پہلی شب کو عبادت کے ضمن میں بزرگان دین نے یہ بھی بتایا ہے کہ بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے ادا کرے، اس کے علاوہ نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں تیرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ قرب الٰہی نصیب ہوگا۔

مفلسی اور تنگدستی سے نجات کیلئے: دسویں شب: اس ماہ کی دسویں شب کو بارہ رکعت نفل نماز اس طرح سے دو دو رکعت کر کے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ قریش پڑھے اور نماز سے فراغت کے بعد ایک مرتبہ سورۂ یوسف تلاوت کرے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی مفلسی اور تنگدستی دور ہوجائے گی۔ سارا سال آفات و بلیات سے محفوظ رہے گا تنگی و عسرت نہ آئے گی۔

ثواب عظیم کیلئے: اکیسویں شب: جمادی الثانی کی اکیسویں رات سے اس ماہ کی آخری شب تک روزانہ بلاناغہ نماز عشاء کے بعد بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہت ثواب حاصل ہوگا۔

معزز و محترم ہونے کیلئے: انتیسویں شب: اس ماہ کی انتیسویں شب کو نماز مغرب کے بعد چار رکعت نفل نماز پڑھے اور سلام کے بعد بکثرت یَاعَزِیْزُ یَارَحِیْمُ پڑھتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ چشم خلائق میں معزز و محترم ہوجائے گا۔

بے انتہا خیر و برکت اور دولت کیلئے

یَابَاسِطُ یَاسَلَامُ یَافَتَّاحُ یَامُعِزُّ یَالَطِیْفُ یَاکَرِیْمُ یَاوَاسِعُ۔ اللہ رب العزت کے ان ساتوں ناموں کو اکٹھا روزانہ عشاء کی نماز پڑھ کر اپنے نام کے اعداد جمع کر کے اتنی دفعہ پڑھا کریں۔ اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہوگا۔ بہت سوں کا آزمودہ عمل ہے۔ (صباحت گلستان)

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 9 اپریل بروز بدھ صبح 10 بجے سے لیکر 11 بجکر 23 منٹ تک' 19 اپریل بروز ہفتہ رات 9 تا 10 بجکر 17 منٹ تک' 28 اپریل بروز پیر عصر تا مغرب تک یَابَاعِثُ یَاحَقُّ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی ہلکی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کیساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ پچھلے تین سال سے پڑھ رہی ہوں۔ اس میں موجود بہت سے ٹوٹکے اور وظائف آزمائے اور بہت خوب پائے مگر۔۔۔۔ روحانی محفل کی تو کیا ہی بات ہے۔ میں ہر ماہ باقاعدگی سے روحانی محفل کرتی ہوں اور بہت سے مسائل اور الجھنوں سے چھٹکارا پاتی ہوں۔ مجھے جب بھی کوئی مسئلہ ہوتا ہے میں روحانی محفل کرنے کے بعد اللہ سے رو رو کر دعا کرتی ہوں میرا وہ مسئلہ ایسے حل ہوتا ہے کہ سب دیکھتے رہ جاتے ہیں۔ روحانی محفل تو میرے لیے الجھنوں اور پریشانیوں کے تالے کی چابی ہے۔ (غ، ش۔ ساہیوال)

شاہ اسماعیل شہید رحمۃ اللہ علیہ کے روحانی وظائف

بعض مرتبہ لوگ حسد وبغض کی وجہ سے سفلی جادو ٹونہ کرا کے چلتے ہوئے کاروبار میں رکاوٹیں پیدا کردیتے ہیں۔ اچھا چلتا ہوا کاروبار ٹھپ ہوجاتا ہے اور قدم قدم پر رکاوٹیں ہوجاتی ہیں۔ ان رکاوٹوں کو دور کرنے کیلئے یہ عمل بہت مؤثر ہے۔

آسیب وسحر کا علاج

آسیب وسحر سے نجات کیلئے چالیس دن گھر میں بلند آواز سے سورۂ بقرہ (پ 1) کی تلاوت کی جائے اور ایک کورے مٹکے کو دھو کر اس میں پانی بھر کر اس پر دم کریں اور یہ پانی سب اہل خانہ چار وقت پئیں اور چار وقت ہی مکان کے ہر کونے میں چھڑکیں البتہ غسل خانہ و پاخانہ میں نہ چھڑکیں۔ اسی طرح اس کے ساتھ ساتھ یہ عمل بھی کریں کہ روزانہ چالیس مرتبہ سورۂ فاتحہ اور چالیس چالیس بار معوذتین (سورۂ ناس اور سورۂ فلق) پڑھ کر اسی مٹکے کے پانی پر دم کردیں۔ پانی پینے اور چھڑکنے کے اوقات مندرجہ ذیل ہیں:۔ 1۔ صبح ناشتہ سے پہلے۔ 2۔ دوپہر کو گیارہ بجے۔ 3۔ بعد نماز عصر۔ 4۔ بعد نماز عشاء۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ سحر و آسیب کے اثرات سے نجات حاصل ہوگی' بند کام کھل جائیں گے۔ ترقی شروع ہوجائے گی صحت بحال ہوگی اور ہر قسم کی بیماری سے نجات حاصل ہوگی۔

کام ہر قسم کی رکاوٹیں دور کرنا

بعض مرتبہ لوگ حسد وبغض کی وجہ سے سفلی جادو ٹونہ کرا کے چلتے ہوئے کاروبار میں رکاوٹیں پیدا کردیتے ہیں۔ اچھا چلتا ہوا کاروبار ٹھپ ہوجاتا ہے اور قدم قدم پر رکاوٹیں ہوجاتی ہیں۔ ان رکاوٹوں کو دور کرنے کیلئے یہ عمل بہت مؤثر ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ ہر قسم کی رکاوٹیں ختم ہوجائیں گی اور کاروبار چل نکلے گا۔ یہ عمل ایک سو اکیس دن بلاناغہ کرنا ہے۔ روزانہ تین سو بار درود شریف مسلسل ایک سو اکیس دن پڑھے اس کے بعد ایک سو اکیس دن مسلسل درج ذیل آیات پڑھے:۔ وَاِنْ یَّکَادُ الَّذِیْنَ کَفَرُوْا لَیُزْلِقُوْنَکَ بِاَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّکْرَ وَ یَقُوْلُوْنَ اِنَّهٗ لَمَجْنُوْنٌ ﴿۵۱﴾ وَ مَا هُوَ اِلَّا ذِکْرٌ لِّلْعٰلَمِیْنَ ﴿القلم ۵۲﴾ جہاں تک ممکن ہو روزانہ کچھ نہ کچھ خیرات دی جائے۔ انشاء اللہ۔ اس عمل کی برکت سے تمام رکاوٹیں دُور ہوجائیں گی۔

دکان میں برکت اور دکان چوری سے محفوظ

جو شخص کاروبار کی مندی سے پریشان ہو اور کبھی کبھی دکان میں چوری بھی ہوجاتی ہو تو اسے چاہیے کہ دکان کھولنے سے قبل تین مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھیں اور دکان بند کرتے وقت تین مرتبہ پڑھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے دکان کی بندش ختم ہوجائے گی اور دکان میں چوری بھی نہیں ہوگی۔ نیز نماز کی پابندی کرے اور ہر فرض نماز کے بعد ایک مرتبہ آیۃ الکرسی' تین مرتبہ سورۂ الم نشرح' ایک مرتبہ سورۂ فاتحہ اس کے بعد تین مرتبہ سورۂ قدر پڑھتے رہیں اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ کاروبار میں خوب ترقی ہوگی اور آمدنی میں بے حد اضافہ ہوگا اور کاروبار چمک جائے گا۔

پیشاب میں جلن کا مرض

بعض لوگوں کو پیشاب میں شدید جلن ہوتی ہے اس سے مریض کو سخت تکلیف ہوتی ہے اور پیشاب میں رکاوٹ ہوتی ہے۔ اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔ سوا پاؤ (تین سو گرام) خالص شہد لے کر باوضو ایک سو اکتیس بار یَاسَلَامُ پڑھ کر اس پر دم کریں۔ صبح وشام تین تین چائے کے چمچے مریض کو کھلائیں۔ اس دوران تیز نمک اور سرخ مرچ کا پرہیز کرنا ضروری ہے۔ چالیس دن کے استعمال سے انشاء اللہ تعالیٰ مریض صحت یاب ہوجائے گا۔

آسیب وجن سے حفاظت

بعض مرتبہ جن کسی بات پر ناراض ہوجاتا ہے اور متعلقہ شخص کو قدم قدم پر نقصان پہنچانے کی کوشش کرتا ہے۔ بنا بنایا کام بگاڑ دیتا ہے اور طرح طرح سے تکلیف پہنچاتا ہے اور اہل تعلق دوستوں کو مخالف بنادیتا ہے ایسے آسیب اور جن سے حفاظت کیلئے سورۂ حشر کی آخری تین آیات فجر کی نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے تمام بدن پھیرلیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے جن کی شرارتوں اور ایذاء رسانیوں سے حفاظت رہے گی۔

بے روزگاری اور قرض

بعض مرتبہ بے روزگاری تو پریشانی کا سبب بنتی ہے اس پر قرض کا بوجھ انسان کا دل ودماغ ناکارہ بنادیتا ہے۔ انسان ہر وقت پریشان رہتا ہے' کسی کام میں اس کا دل نہیں لگتا۔ اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے اس سے صحیح اور مناسب روزگار بھی مل جائے گا اور قرض سے بھی آہستہ آہستہ نجات مل جائے گی۔ سب سے پہلے نماز باجماعت کی پابندی ہے۔ نماز پڑھنے والا ہی ہر وقت پاک وصاف رہ سکتا ہے۔ جو شخص ناپاک رہتا ہو وہ کیا ذکرالٰہی کرے گا اور ناپاک آدمی کی دعا اور ذکرالٰہی کا اثر کب ہوگا؟ لہٰذا ہر قسم کا عمل کرنے والے کو ہر حال میں نماز کی پابندی کرنا لازم ہے۔ ورنہ سب عمل بیکار ہیں۔ نماز کی پابندی کے ساتھ ساتھ روزانہ ایک سو مرتبہ درود شریف پڑھنا ضروری ہے اس کے علاوہ روزانہ کسی بھی وقت باوضو تین سو ساٹھ مرتبہ یَارَزَّاقُ یَاوَاسِعُ پڑھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ دو چلے یعنی اسی دن عمل کرنے سے باعزت روزگار مل جائے گا اور رفتہ رفتہ قرض سے بھی نجات حاصل ہوگی۔

پیٹ کے مرض اور درد سے شفاء

بعض مرتبہ سحر کی وجہ سے اور بعض مرتبہ کسی مرض کے سبب پیٹ میں مسلسل درد اور اینٹھن رہتی ہے۔ اس کیلئے یہ عمل بڑا مفید ہے۔ روزانہ بعد نماز فجر سات مرتبہ باوضو سورۂ فاتحہ پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کرکے نہار منہ (کچھ کھانے پینے سے قبل منہ دھو کر) پی لیا کریں اور رات کو بعد نماز عشاء سوتے وقت سورۂ فلق اور سورۂ ناس سات سات مرتبہ باوضو پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کرکے پی لیا کریں۔ لگاتار چالیس دن عمل کرنے کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ جادو' سفلی' سحر کا اثر بھی دور ہوجائیگا۔

ڈاکٹر ایچ کے باکھرو

جلد وزن بڑھانے کے ذائقہ دار طریقے

وزن بڑھانے یا ڈبلا پن دور کرنے کیلئے صحت بخش اقدامات میں غذا اہم ترین کردار ادا کرتی ہے۔ دبلے افراد کو چھوٹے چھوٹے وقفوں کے ساتھ تھوڑا تھوڑا کھانا کھاتے رہنا چاہیے۔ کسی کھانے میں وزن بڑھانے کی صلاحیت کا اندازہ اس کی کیلوریز کی مقدار کو دیکھکر کیا جاسکتا ہے

دبلا پتلا ہونا یا کم وزن ہونا بھی موٹاپے اور اضافی وزن کی طرح ایک مرض ہے۔ انسانی قد عمر اور جنس کے مطابق دنیا بھر میں معیاری وزن کی حدود بھی ماہرین نے متعین کررکھی ہے اگر کوئی فرد (مرد یا عورت) اس طے شدہ معیاری وزن سے 10 فیصد کم وزن رکھتا ہو تو اسے معمولی درجہ کا کم وزن اور اگر 20 فیصد کم وزن رکھتا ہے تو اسے باقاعدہ مریض سمجھا جاتا ہے۔ ناکافی غذا کی وجہ سے پیدا ہونے والا دبلا پن ایک سنگین کیفیت ہوتی ہے۔ خصوصاً نوجوان لوگوں میں یہ کیفیت خطرناک ہوتی ہے۔ وہ اکثر و بیشتر بہت جلد تھکاوٹ محسوس کرتے ہیں۔ جسمانی قوت برداشت بہت کم ہوتی ہے۔ انفیکشن کے خلاف جسم میں قوت مدافعت بہت کمزور ہوجاتی ہے۔ جذباتی عوامل یا کھانے پینے کی غلط عادتیں مثلاً جلدی جلدی نوالے نگلتے جانا' تھوڑا کھانا' اکثر و بیشتر روزے سے رہنا اور نامناسب ورزش بھی دبلے پن کا سبب بن جاتے ہیں۔ دوسرے اسباب میں نظام ہضم میں نقص' غذا کو جزو بدن بنانے والے داخلی نظام میں خرابی اور موروثی اثرات شامل ہیں۔ نظام ہضم میں پرانی بے قاعدگی' پرانا مرض اسہال' انتڑیوں کے کیڑوں کی موجودگی' جگر کی خرابی' شوگر' بے خوابی' قبض اور جنسی امراض بھی دبلے پن کو جنم دے سکتے ہیں۔ **خربوزہ:** دبلے پن کے موثر گھریلو علاج میں سے ایک خربوزے کا استعمال ہے۔ اگر خربوزے سے علاج ٹھیک انداز میں کیا جائے تو تیزی سے وزن بڑھتا ہے۔ اس علاج میں صرف خربوزے ہی تینوں کھانوں کے وقت کھائے جاتے ہیں۔ یہ معمول کم از کم چالیس دن یا اس سے زیادہ عرصہ تک جاری رکھا جاتا ہے۔ آغاز میں تین دن تک روزانہ صرف تین کلو خربوزے کھائے جاتے ہیں۔ پھر خربوزوں کی مقدار میں روزانہ ایک کلو کا اضافہ کیا جاتا ہے۔ یہاں تک کہ مریض کو بھوک مٹانے کیلئے قابل مقدار حد تک پہنچ جائیں' پھر اس مقدار کو برقرار رکھا جاتا ہے۔ علاج کی غرض سے استعمال کیے جانے والے خربوزے تازہ میٹھے اور اچھی قسم کے ہونے چاہئیں۔ **آم اور دودھ:** دبلا پن دور کرنے کیلئے آم پر مشتمل علاج بالغذا بہترین ثابت ہوتا ہے۔ علاج کی غرض سے کھانے کیلئے ہمیشہ پکے ہوئے اور میٹھے آم منتخب کیے جائیں۔ انہیں دن میں تین بار یعنی صبح' دوپہر اور شام کو استعمال کیا جائے۔ ابتدا میں دو درمیانے سائز کے آم پہلے دن کھائے جائیں اور پھر ایک گلاس دودھ پیا جائے۔ آم میں شوگر تو ہوتی ہے لیکن پروٹین نہیں ہوتی۔ اس کے برعکس دودھ میں پروٹین زیادہ ہوتی ہے۔ لیکن شوگر کم ہوتی ہے۔ ایک کی کمی دوسرے سے پوری ہوجاتی ہے۔ اس طرح آم اور دودھ کا امتزاج زبردست نتائج مہیا کرتا ہے۔ یہ علاج کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھنا چاہیے۔ اس سے صحت بہتر ہوتی ہے۔ جسم میں توانائی آتی ہے اور تیزی سے وزن بڑھتا ہے یعنی دبلا پن دور ہوجاتا ہے۔ **دودھ:** علاج بالغذا کے ماہرین کا کہنا ہے کہ دبلا پن دور کرنے کیلئے صرف دودھ پر مشتمل غذا بھی شاندار نتائج دیتی ہے۔ دودھ سے علاج کی ابتدا میں مریض کو جوس فاسٹ پر رکھا جائے اور تین دن تک نیم گرم پانی اور لیموں کا جوس دیا جائے تاکہ داخلی صفائی ہوجائے۔ چوتھے دن سے صبح آٹھ بجے تک مریض کو ہر دو گھنٹے کے بعد ایک گلاس دودھ دیا جائے۔ اگلے دن ہر ڈیڑھ گھنٹے کے بعد ایک گلاس دودھ اور اس سے اگلے روز ایک گھنٹے کے بعد ایک گلاس دودھ پلایا جائے۔ یہ مقدار بتدریج بڑھاتے ہوئے ہر آدھے گھنٹے کے بعد ایک گلاس دودھ صبح آٹھ بجے سے شام آٹھ بجے تک کردی جائے۔ تاہم دودھ کی مقدار میں اضافہ صرف اسی صورت میں کیا جائے کہ مریض اسے برداشت کرسکے یعنی آسانی سے ہضم کرسکے۔ **انجیر:** دبلے پن کو دور کرنے اور وزن میں اضافہ کرنے کیلئے انجیر بھی اچھی چیز ہے۔ اس پھل میں پائی جانے والی شوگر جلدی سے ہضم ہوجاتی ہے۔ چنانچہ یہ اسے طاقتور اور موٹا بنانے والی غذا کی صلاحیت دیتی ہے۔ تین خشک انجیریں پانی میں بھگوویں اور دن میں دو دفعہ کھائیں۔ **کشمش:** جو لوگ اپنا وزن بڑھانا چاہتے ہیں ان کیلئے یہ بہترین غذا ہے اس مقصد کیلئے روزانہ تیس گرام کشمش استعمال کرنا چاہیے۔ **غذائی حکمت عملی:** وزن بڑھانے یا ڈبلا پن دور کرنے کیلئے صحت بخش اقدامات میں غذا اہم ترین کردار ادا کرتی ہے۔ دبلے افراد کو چھوٹے چھوٹے وقفوں کے ساتھ تھوڑا تھوڑا کھانا کھاتے رہنا چاہیے۔ کسی کھانے میں وزن بڑھانے کی صلاحیت کا اندازہ اس کی کیلوریز کی مقدار کو دیکھ کر کیا جاسکتا ہے۔ ڈبلا پن دور کرنے کیلئے ایسی غذائیں استعمال میں لانی چاہئیں جن میں زیادہ کیلوریز پائی جاتی ہوں۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَابَارِئُ یَارَءُوْفُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ "آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں" یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں گزشتہ چار سال سے ماہنامہ عبقری کا قاری ہوں اور مجھے مراقبے کا شوق تو تقریباً پچھلے دس سال سے ہے' ماہنامہ عبقری ملنے سے پہلے بھی مراقبے سے متعلق کتب کا مطالعہ بڑے شوق سے کرتا تھا لیکن جب سے ماہنامہ عبقری میں مراقبے کے متعلق کالم پڑھنا شروع کیا' میرے شوق میں اور زیادہ اضافہ ہوگیا۔ میں نے بہت عرصہ مسلسل مراقبہ کی پریکٹس کی۔ مراقبہ میں کئی دفعہ مجھے ہر طرف نور ہی نور نظر آتا ہے' بعض دفعہ بہت سے بزرگوں کی زیارتیں ہوئیں۔ بعض دفعہ مراقبہ میں میں نے مکہ اور بہت سے متبرک جگہوں کی زیارتیں کیں حتیٰ کہ جب میری طبیعت خراب ہوتی ہے تو میں مراقبہ کرتا ہوں تو میری طبیعت ہشاش بشاش ہوجاتی ہے اور میری بیماری ختم ہوجاتی ہے۔ میری قارئین! سے گزارش ہے کہ آپ بھی مراقبہ سے فیض ضرور اٹھائیں۔ (کاشف حیات ملک' جہلم)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

☆ہائی بلڈ پریشر، گیس کی مریضہ☆ گولیاں استعمال کیں اور۔۔۔☆ ہر سال یرقان☆ بے شک یہ دمہ ہے۔

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں اور اس پر مکمل پتہ واضح ہو۔ جوابی لفافہ نہ ڈالنے کی صورت میں جواب ارسال نہیں کیا جائیگا۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں سٹیپلر زپن استعمال نہ کریں۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوٹ: وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔ مضمون مختصر لکھیں تا کہ جواب دینے میں آسانی ہو۔

ہائی بلڈ پریشر، گیس کی مریضہ

میری عمر تقریباً 45 سال ہے اور شادی شدہ بچوں والی ہوں' میں ہائی بلڈ پریشر اور گیس کی مریضہ ہوں اور آج کل اس بیماری کی وجہ سے زندگی اجیرن ہوگئی ہے' ڈاکٹر کو چیک اپ کروایا تو اس نے یہی کہا کہ ہائی بلڈ پریشر ہے' ویسے تو مجھے پتہ ہی نہیں چلتا کہ ہائی بلڈ پریشر کی مریضہ ہوں' ایسے لگتا ہے کہ جیسے کچھ ہوجائے گا بس میرے اندر جیسے خوف کی کیفیت رہتی ہے۔ مجھے اپنے اللہ پر بھروسہ اور یقین بھی ہے۔ نماز کی بھی پابندی کرتی ہوں۔ بچیاں جوان شادی کے قابل ہیں اور بیٹے ابھی تک بے روزگار ہیں۔ شاید ان کی وجہ سے ڈیپریشن ہوجاتا ہے۔ بھوک بھی لگتی ہے' کھاپی بھی لیتی ہوں لیکن پھر بھی معدہ کچھ کھانے کو مانگتا ہے آپ ہی بتائیں کہ یہ کیا بیماری ہے۔ میری نظر بھی کمزور ہے۔ ہاتھ پاؤں بھی ٹھنڈے ہوجاتے ہیں۔ تھوڑی دیر آرام کرتی ہوں پھر کچھ طبیعت سنبھلتی ہے۔ (فرخ بانو فیصل آباد)

مشورہ: ایک چمچی خالص شہد آدھی پیالی عرق گلاب خالص میں حل کرکے صبح وشام پئیں' ہر پندرہ دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

پیشاب کی شکایت

میری عمر 19 سال ہے' تین چار سال سے پیشاب کی شکایت ہے۔ بہت علاج کروایا مگر وقتی طور پر فائدہ ہوتا ہے کچھ دنوں کے بعد دوبارہ وہی مسئلہ ہوجاتا ہے۔ پیشاب آنے کے بعد کچھ دیر تک بار بار آتا رہتا ہے۔ ٹیسٹ بھی کروائے سب نارمل ہیں تل بھی کھائے لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا' کمزوری بہت ہوتی ہے۔ زور سے بولوں تو سارا جسم کانپنے لگتا ہے۔ ہاتھ پیر پیلے اور سفید ہیں' مہربانی کرکے اس خط کا جواب دیجئے گا۔ (جمیل احمد' گوجرخان)

مشورہ: غذا کے بعد ایک چمچ خالص شہد پانی میں ملا کر پئیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا' غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

گولیاں استعمال کیں اور۔۔۔

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے تین سال پہلے ڈیپریشن ہوا تھا' کسی سے کوئی بات کرنے کو دل نہیں کرتا تھا۔ میں مجبوری سے بات کرتی تھی اور مجھے ہروقت رونا آتا تھا۔ میں ہروقت روتی رہتی تھی اور مجھے غصہ آتا تھا ہر بات پر۔ پھر میں نے سائیکاٹرسٹ سے علاج کرایا تو ڈاکٹر نے مجھے سکون والی یعنی نیند والی نشے والی گولیاں دی تھیں۔ ان گولیوں سے میں ہروقت سوتی رہتی تھی پھر میں ٹھیک تو ہوگئی' پہلے میں بہت دبلی ہوتی تھی لیکن ان گولیوں سے میں بہت موٹی ہوگئی ہوں۔ مخصوص ایام میں مجھے بہت پریشانی اور درد بھی بہت زیادہ ہوتا ہے۔ اب ان گولیوں کو چھوڑے ہوئے مجھے سال ہوگیا ہے لیکن میرے جسم میں بہت سخت درد ہوتا ہے اور میں کوئی کام بھی نہیں کرسکتی ہوں۔ جسم میں درد کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوتی ہوں کہ میں کیسے ٹھیک ہونگی۔ میں نے جسم میں درد کا بہت علاج کرایا لیکن کسی ڈاکٹر اور حکیم کے علاج سے بھی افاقہ نہیں ہوتا۔ اب میری گولیاں تو چھوٹ گئی ہیں لیکن میرے جسم میں بہت درد ہوتا ہے۔ مجھے آپ کوئی ایسا علاج بتائیں کہ میں پہلے کی طرح ٹھیک ہوجاؤں اور میرا موٹاپا ہمیشہ کیلئے چلا جائے۔ (راحیلہ اصغر' اسلام آباد)

مشورہ: ہر قسم کا کدو' بڑا کدو' توری' لوکی' ٹینڈے' مولی' شلجم' گاجر' عمدہ خالص دیسی گھی میں پکا کر شوربہ بنا کر چمچے سے کھائیں' روٹی بھی کھائیں۔ پپیتہ یا خربوزہ خوب کھائیں۔ صبح بادام پانچ دانے کشمش عمدہ سندرخانی آدھی چھٹانک کھائیں۔ پندرہ دن کے بعد دوبارہ خط لکھیں۔ انشاء اللہ افاقہ شروع ہوجائے گا۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

دبلی پتلی

میری عمر سولہ سال ہے' فرسٹ ایئر کی طالبہ ہوں' میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں بہت دبلی پتلی ہوں' کھاتی پیتی ہوں لیکن کچھ بھی اثر نہیں ہوتا۔ آپ نے کسی کو جوارش جالینوس کے استعمال کا مشورہ دیا تھا کیا میں بھی اسے استعمال کرسکتی ہوں۔ (عمرانہ' لاہور)

مشورہ: آپ جوارش جالینوس استعمال نہ کریں' عمدہ خالص مکھن دیسی گھی وغیرہ البتہ مفید ہوسکتے ہیں۔

بے شک یہ دمہ ہے

میری عمر 23 سال ہے' مجھے کچھ عرصے سے نزلہ زکام کی شکایت ہے' ناک بند رہتی ہے۔ چھینکیں آتی ہیں' ناک سے پانی بہتا ہے اور ہلکی ہلکی کھانسی رہتی ہے۔ اب کچھ عرصے سے سانس کی بھی شکایت ہوگئی ہے یعنی سانس رک رک کر آتا ہے۔ دل بھی بہت تیزی سے دھڑکتا ہے۔ اس سلسلے میں میں نے ابھی تک کوئی ایلوپیتھک دوائی استعمال نہیں کی ہے بلکہ سب سے پہلے آپ کو ہی خط لکھ رہی ہوں' آپ سے پوچھنا ہے کہ کہیں یہ دمہ تو نہیں ہے اگر ایسی بات ہے تو کیا یہ ٹھیک ہوجائے گا۔ اس کے ساتھ ساتھ میرے گلے میں بلغم بھی بہت رہتا ہے حالانکہ ٹھنڈی چیزوں سے پرہیز کرتی ہوں اور اطریفل اسطخدوس بھی استعمال کرچکی ہوں مگر کوئی فرق نہیں پڑا۔ آنکھوں کے نیچے حلقے پڑگئے ہیں اور صحت بھی خراب ہوگئی ہے۔ براہ مہربانی! حلقے دور کرنے کیلئے بھی کوئی دوائی بتادیں۔ ایسی ادویات تجویز کریں جو بآسانی دستیاب ہوسکیں۔ (محمد لطیف' کوئٹہ)

مشورہ: بے شک یہ دمہ ہے اور علاج بھی دمہ کا ہی ہونا چاہیے۔ فی الحال ہفتہ بھر شربت صدر استعمال کریں۔ سرد' ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

یہ وہم یا۔۔۔؟

میری عمر 18 سال ہے اور غیر شادی شدہ ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ مہینے یا ڈیڑھ مہینے میں مجھے قبض ضرور ہوتا ہے مگر اس دوران اجابت صحیح طرح نہیں ہوتی اور کبھی تو گیس بھی بن جاتی ہے اور اب تو پیٹ میں سے عجیب عجیب سی آوازیں آتی ہیں اور ہلکا ہلکا درد بھی ہروقت رہتا ہے۔ تین سال سے پیشاب کے قطرے رکنے کا نام ہی نہیں لیتے۔ بہت کمزور ہوگئی ہوں' بھوک بھی کبھی بہت لگتی ہے کبھی بالکل نہیں لگتی۔ کھانا کھانے

کے بعد ہچکیاں شروع ہوجاتی ہیں۔ کچھ بھی کھالوں مگر ہچکیاں نہیں رکتیں۔ اب تو میری رنگت پیلی سی ہوگئی ہے۔ مخصوص ایام میں بہت تکلیف ہوتی ہے اور رنگت پیلی ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے ہر مہینے انجکشن لگوانے پڑتے ہیں۔ تین سال پہلے گردن کے دونوں طرف بہت درد ہوا جیسے گردن ٹوٹ گئی ہو مگر اس دن سے لے کر آج تک وہ درد نہیں گیا۔ صرف سیدھا لیٹتی ہوں اور ٹھیک طرح سے سو بھی نہیں سکتی۔ وہ درد کبھی نیچے چلا جاتا ہے اور کبھی اوپر گردن کی طرف آجاتا ہے۔ سب کہتے ہیں وہم ہے اس وجہ سے کسی سے بات نہیں کرتی۔ آپ کے پاس میرا حل موجود ہے۔ (ش' لاہور)

مشورہ: یہ ریاح باسوری ہے۔ اسپغول کی بھوسی صبح و شام ایک چائے کی چمچی ایک کپ پانی میں حل کرکے خالص شہد ایک چمچی ملا کر پی لیں۔ سوتے وقت 2 گولی حب مقل کھائیں۔ یہ تدبیر دس دن سے زیادہ نہ کریں' غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بال سفید

ہمارا مسئلہ یہ ہے کہ ہمارے خاندان کے بعض لوگوں کے بال بہت جلد سفید ہوجاتے ہیں۔ میری امی کے بال 22 سال کی عمر میں سفید ہونے لگے تھے مگر ان کی عمر 43 سال ہے تو ان کے بھنوؤں کے بال سفید ہونا شروع ہوگئے ہیں۔ سر کے بال تو رنگے جاسکتے ہیں مگر بھنوؤں کا کیا' کیا جائے؟ ان کے پیچھے اب میرے اور میرے بھائی کے بال بھی سفید ہونے لگے۔ میری عمر 23 سال ہے اور سر کے کافی بال سفید ہوگئے۔ بال گرتے بھی ہیں اور سفید بھی ہورہے ہیں۔ میں آملے اور ہڑ کا مربہ بھی کھاتی ہوں لیکن اس سے بھی کوئی فرق نہیں پڑا۔ آپ نے ایک بار لکھا تھا کہ سفید بالوں کا علاج ہے اگر آپ کے پاس اس کا علاج ہے تو ہمارے لیے اور ہماری والدہ کیلئے کوئی پراثر نسخہ تجویز کریں۔ (فرخ بانو' قصور)

مشورہ: صرف ہڑ آملہ نہ کھائیں' بال سفید اس وقت ہوتے ہیں جب خون کا قوا کمزور ہوجاتا ہے۔ اس میں کوئی خلط کم یا زیادہ ہوجاتی ہے۔ عام طور پر بلغمی خلط بڑھ جاتی ہے۔ خون کمزور ہوجاتا ہے۔ اس میں تری اور سردی یا سردی اور تری بڑھ جاتی ہے اگر اس کیفیت کو تبدیل کردیا جائے تو بال سفید نہیں ہوتے بلکہ عین ممکن ہے کہ از سر نو سیاہ بھی ہوجائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔۔

ہر سال یرقان

میری عمر 24 سال ہے' میرے ساتھ کئی مسائل ہیں' میرے چہرے پر دس سالوں سے پیپ والے دانے ہیں۔ ان دانوں کے ختم ہونے کے بعد داغ رہ جاتے ہیں جس کی وجہ سے چہرہ ہمیشہ کیلئے بدنما ہوگیا ہے۔ میں نے بیسن سے منہ دھویا۔ اسکن اسپیشلسٹ کو بھی دکھایا۔ ٹیوب' دوائیاں استعمال کیں۔ فائدہ نہیں ہوا۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا پیٹ پھولا ہوا ہے جو بہت برا لگتا ہے۔ کچھ بھی کھالوں گیس بن جاتی ہے۔ کئی کئی روز اجابت نہیں ہوتی۔ پیٹ بہت سخت ہوگیا ہے۔ اس کیلئے میں نے کئی ڈبے جوارش کمونی استعمال کیے مگر فرق صرف کچھ دن کیلئے ہوا۔ حالانکہ میں بادی چیزیں نہیں کھاتی۔ اس کے علاوہ مجھے داد کی بیماری بھی ہے۔ ایام صرف تین دن کے ہیں۔ مجھے ہر سال یرقان ہوجاتا ہے۔ رنگ میرا پیلا ہے۔ وقتی علاج سے صحیح ہوتا ہے۔ پھر اگلے سال نمودار ہوجاتا ہے۔ (غ'س۔ بہاولنگر)

مشورہ: عرق مکوہ' عرق کاسنی' عرق بادیان ہر ایک ایک اونس ملا کر پئیں۔ دن میں تین بار۔ غذا میں سبزیاں' سبزیوں کا شوربہ' سوپ روٹی لیں۔ پپیتہ کھائیں' پندرہ دن کے بعد دوبارہ مطلع کریں۔ پندرہ دن سے زیادہ یہ عرق نہ پئیں۔ سردی' کمزوری ہو تو یہ عرق استعمال نہ کریں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

انبیا کے ناموں کی وجہ تسمیہ

حضرت آدم علیہ السلام کے نام کے معنی گندم گوں ہیں' ابوالبشر کا یہ نام ان کے جسمانی رنگ کو ظاہر کرتا ہے۔ 2۔ نوح علیہ السلام کے نوحہ سے ہیں۔ امت کے اعمال دیکھ کر دعا میں بہت زیادہ روتے تھے۔ 3۔ اسحاق علیہ السلام کے نام کے معنی ضاحک یعنی ہنسنے والا ہیں' اسحاق علیہ السلام ہشاش بشاش چہرہ والے تھے۔ 4۔ یعقوب علیہ السلام پیچھے آنے والا یہ اپنے بھائی عیسو کے ساتھ توام پیدا ہوئے۔ 5۔ موسیٰ علیہ السلام کے نام کا مطلب ہے پانی سے نکالا ہوا' جب آپ کا صندوق پانی سے نکالا گیا تب یہ نام رکھا گیا۔ 6۔ یحییٰ علیہ السلام کے نام کا مطلب ہے عمر دراز بوڑھے ماں باپ کی بہترین آرزوؤں کا ترجمان ہے۔ 7۔ عیسیٰ علیہ السلام کے نام کا مطلب ہے سرخ رنگ' چہرہ گل گوں کی وجہ سے یہ نام تجویز کیا گیا۔ (رحمۃ اللعالمین ج 3 ص 14) (حکیم ریاض حسین' کمڑوال)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بند' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) کیک رس ہمراہ چائے' ڈبل روٹی' بند' براؤن بریڈ' کیلے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' ابلا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' نمکین دلیہ' دیسی مرغی کی یخنی' انار' انگور' مسمی' میٹھا' لیچی' امرود' کھیرا' چھاچھ' کدو' ناریل کا پانی۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل منقی' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری' گھیا کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگی' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت' بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہریسہ' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' انجیر تھوڑی مقدار میں' ڈبل روٹی سادہ براؤن بریڈ' رس' میتھی' خرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آملیٹ' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں' ڈرائی فروٹ' زیتون کا پھل' پھیکا دودھ' چنے بھنے' روغن زیتون' دیسی انڈے کی زردی' چھوٹا مغز

استعمال شدہ ٹی بیگز سے حسن کا انوکھا نکھار

جدہ کوثر، گوجر خان

کام کاج کے دوران پسینہ آنے سے جلد کی سطح پر گندگی کی تہہ جم جاتی ہے۔ یہ زرد اور بے رونق رنگ کی جلد کیلئے بہترین ٹریٹمنٹ ہے جس سے جلد کی رنگت نکھر آتی ہے لیکن ان حساس جلد والوں کو اس سے پرہیز کرنا چاہیے جن کی سرخ رگیں نمایاں ہوں

آپ اپنے چہرے کی دلکشی اور تازگی برقرار رکھنے کے لیے اور خوبصورت نظر آنے کیلئے مہینے' دو مہینے بعد پارلرز کا چکر تو ضرور لگاتی ہوں اور پھر وہاں سے فیشل کلینزنگ اور ماسک وغیرہ کے استعمال کے بعد ہی آپ کی جلد تروتازہ دکھائی دیتی ہے لیکن یہ عمل کچھ وقفے کے بعد ہی ممکن ہے۔ کیونکہ روز بروز تو کوئی بھی خاتون بیوٹی پارلر نہیں جاسکتی ور پھر اس فیشل کے اثرات بھی چند روزہ ہوتے ہیں اور کچھ روز کے بعد جلد پھر ویسی ہی ہونی شروع ہوجاتی ہے جیسا کہ پہلے تھی اور پھر خواتین یہ سوچتی ہیں کہ کب گھریلو کاموں سے فرصت اور پارلر جانے کا وقت ملے تو وہ اپنی جلد کی تروتازگی کیلئے ٹریٹمنٹ کروائیں اور ظاہر ہے اس کام کیلئے وقت کے ساتھ ساتھ پیسہ بھی درکار ہوتا ہے۔ جس کا گھریلو اخراجات میں بچت کرنا خواتین کیلئے واقعی اہم کام ہوتا ہے یا پھر یہ اضافی خرچہ بن جاتا ہے جس سے اکثر خواتین کا گھریلو بجٹ بھی اپ سیٹ ہوجاتا ہے۔ آج ہم آپ کو چہرے کی دلکشی' تازگی کیلئے ایسی گھریلو ٹریٹمنٹ بتائیں گے جس کے ذریعے آپ گھر پر ہی اپنی جلد کو موئسچرائز فراہم کرکے اس کی کلینزنگ کرسکتی ہیں لیکن اس کیلئے آپ کو تھوڑا سا وقت درکار ہوگا۔ صاف ستھری چمکدار رنگت کیلئے ہفتے میں ایک بار منی فیشل ضرور کریں۔ اس سے قبل کہ آپ کو خبر ہو آپ کی جلد تروتازہ اور چمکدار ہوجائے گی اور خوبصورت ہوکر تمتمانے لگے گی۔ آپ کو اپنے ہوم ٹریٹمنٹ کیلئے وقت ضرور نکالنا ہوگا۔ منی فیشل کیلئے آپ کو جو سامان درکار ہوگا وہ درج ذیل ہے:۔

آئی میک اپ ریموور' کلینزز اور ٹونز' کاٹن وول یا کاٹن وول مال مع بڑے ٹشوز' ایکسفولیٹر یا پیل آف ماسک' بڑا پیالہ' ابلا ہوا پانی اور ایک تولہ مساج آئل' فیس ماسک' موئسچرائزز' کولڈ ٹی بیگز۔ ابتداء میں گرد اور اضافی تیل صاف کیجئے۔ بھرپور کلینزنگ کیلئے پہلے اس بات کا یقین کرلیجئے کہ آپ کی جلد تیل سے پاک ہے۔ آنکھوں سے ابتدا کرتے ہوئے ایک ہاتھ سے ابرو کو کھینچئے اور دوسرے ہاتھ سے میک اپ اتاریئے۔ تھوڑا سا کلینزر اپنے ہاتھوں میں لے کر ملئے اور جلد پر پھیلا دیجئے۔ گرد میک اپ کو اتارنے کیلئے ہتھیلیوں سے چہرے کو دبایئے اور اٹھایئے۔ تیل کی تلچھٹ کو پانی سے دھولیجئے۔ ٹونر سے فنش ٹچ دیجئے اور اسے بخارات بن کر اڑنے سے پہلے بلوٹنگ کرلیجئے۔

چہرے کو صاف کیجئے: جلد کے مردہ خلیات کو صاف کردینے سے چہرے کا ماسک زیادہ اثر انگیز ہوتا ہے۔ ستھیلک بیڈز والے ایکسفولیٹر کا انتخاب کیجئے جو کہ نیچرل گرائنیز کے مقابلے میں ہلکا ہوتا ہے۔ اس سے اپنے چہرے اور گردن پر مساج کیجئے۔ زیادہ توجہ' ٹھوڑی' ناک اور پیشانی کے ٹی زون پر دیجئے۔ پھر گرم پانی سے منہ دھولیجئے۔ حساس جلد کیلئے ایکسفولیٹر کی نسبت پیل آف ماسک زیادہ بہتر رہتا ہے جو کہ چھلکے کی مانند آسانی سے اتر جاتا ہے۔

بند مسامات کو بھاپ سے صاف کیجئے: کام کاج کے دوران پسینہ آنے سے جلد کی سطح پر گندگی کی تہہ جم جاتی ہے۔ یہ زرد اور بے رونق رنگ کی جلد کیلئے بہترین ٹریٹمنٹ ہے جس سے جلد کی رنگت نکھر آتی ہے لیکن ان حساس جلد والوں کو اس سے پرہیز کرنا چاہیے جن کی سرخ رگیں نمایاں ہوں۔ بھاپ لینے کیلئے ایک پیالے میں کھولتا ہوا پانی ڈالیں اپنے سر کو تولیے سے ڈھانپ کر اپنا چہرہ پانی کے پیالے سے ایک فٹ اونچا رکھئے تاکہ بھاپ نکلنے نہ پائے۔ دو یا تین منٹ کے بعد تولیہ ہٹا لیجئے۔ اپنے چہرے کو گرم پانی سے دھولیجئے اور پھر اسے تھپکنے کے انداز میں خشک کرلیجئے۔

کلینزنگ کا یہ عمل چہرے کے داغ دھبوں اور دانوں کو ٹھیک کرنے میں مدد دیتا ہے۔ لہٰذا دانوں کو دبا کر ختم کرنے کی خواہش سے پرہیز کریں اگر آپ نے ایسا کیا تو یہ انفیکشن مزید آپ کی جلد کی گہرائی میں اتر جائے گا اور اسے درست ہونے میں دوگنا وقت لگ جائے گا۔

گرم تیل سے مساج: گرم تیل کے مساج سے تناؤ کی کیفیت ختم ہوجاتی ہے اور دوران خون کا عمل بھی تیز تر ہوجاتا ہے۔ جس سے رنگ چمکدار اور ملائم ہوجاتا ہے۔ مساج کیلئے ریڈ بلینڈ ڈ اور دماتھراپی آئل کے چند قطرے یا گریپ سیڈ یا سن فلاور تیل کی تھوڑی سی مقدار لے لیجئے۔ تیل کو اپنے ہاتھ میں لے کر ملئے تاکہ تیل میں حدت پیدا ہوجائے پھر گردن کے نچلے حصے سے مساج کا آغاز کیجئے اور ہلکے ہلکے تھپتھپاتے ہوئے اوپر چلے جائیں۔ پھر ناک کے اوپری حصے سے مساج کا آغاز کیجئے صرف اپنی انگلیوں کے پوروں کو استعمال کرتے ہوئے دائرے کی شکل میں ابرو اور آنکھوں کے گرد تھپتھپایئے۔ یہ عمل کئی بار دہرائیں۔ پھر اپنی انگلیوں سے اپنی آنکھوں کو آہستگی سے دباتے ہوئے پانچ تک گنتی گنئے۔ اضافی تیل کو ٹونر کی مدد سے صاف کرلیں۔

رخساروں کو پھولوں کی سی تازگی عطا کیجئے: چہرے پر ماسک لگانے سے آپ کی جلد کے حسن کا یہ عمل اپنی تکمیل کو پہنچ جائے گا۔ ماسک اور وافر مقدار میں اپنے چہرے گردن سے نیچے اور سینے کے اوپری حصے پر لگایئے۔ پھر ٹھنڈے ٹی بیگز کو اپنی آنکھوں پر رکھ لیجئے اور ماسک کو اپنا کام دکھانے کی مہلت دیجئے۔ سکون سے لیٹ کر تھوڑا سا ریلیکس کریں جب طے شدہ وقت پورا ہوجائے تو ماسک کو دھولیجئے اور ٹونر موئسچرائزر استعمال کیجئے۔ پانچ منٹ کے بعد اضافی موئسچرائزر کو بلوٹنگ سے صاف کرلیجئے۔ آپ دیکھیں گی کہ آپ کی جلد کی تازگی اور شگفتگی پھولوں کی مانند ہوگی اور آپ کا چہرہ کھل جائے گی۔

استخارے سے زندگی کی راہیں آسان

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے دیئے ہوئے اعمال اور ادویات کا اب تو پورا خاندان ہی اسیر ہوچکا ہے' والدین' بہن' ماموں' کزن وغیرہ بھی کسی نہ کسی انداز میں مستفید ہورہے ہیں۔ محترم حکیم صاحب! ایک استخارہ بہت عرصے سے میں کررہا ہوں اور میں چاہتا ہوں کہ اس استخارے سے اب قارئین عبقری بھی مستفید ہوں۔ استخارہ یہ ہے کہ باوضو ہوکر بیٹھ جائیں اور مسلسل اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيْمَ پڑھتے جائیں' پڑھتے پڑھتے اگر گردن دائیں جانب گھومے تو ہاں ورنہ نہ۔۔۔۔! اس طریقے سے میرے لیے بہت سے راستے کھلے۔ اپنی ذاتی اور پروفیشنل زندگی میں رہنمائی ملی۔ الحمدللہ آپ سے بیعت بھی اسی طرح ہوا۔ دو انمول خزانے بھی اسی استخارہ کے بعد شروع کیے۔ میں جو بھی عمل' وظیفہ یا کام کرتا ہوں پہلے درج بالا طریقے سے استخارہ کرلیتا ہوں الحمدللہ جو بھی فیصلہ آتا ہے میں اسی کے مطابق کرتا ہوں اور ہر کام میں خیر ہی خیر ہوتی ہے۔ کبھی کبھی اس استخارہ کے رزلٹ میں شیطان کی مداخلت کا احساس ہوتا ہے اس کیلئے صبح و شام کے نبوی ﷺ اعمال' دعائیں مع 100 مرتبہ چوتھا کلمہ صبح میں اور گیارہ مرتبہ سورۂ بقرہ کی آخری تین آیات شام میں پڑھ لینے کے بعد افاقہ ہوتا ہے۔ (یاسر احسان' کراچی)

آسان عمل سے تمام مسائل حل

میں ماہنامہ عبقری بڑے شوق سے پڑھتا ہوں اور اس میں موجود وظائف اور نسخے خود بھی کرتا ہوں اور دوسرے کو بھی بتاتا ہوں۔ میں بڑے پرجوش انداز میں اٹھا کتاب اٹھائی اور اللہ کا نام لیا اور اللہ کے پاک ناموں کا ورد شروع کردیا

(شبیر احمد صدیقی، گوجرانوالہ کینٹ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں پہلی دفعہ میگزین کیلئے کچھ لکھ رہا ہوں اس لیے سمجھ نہیں پارہا کہ بات کو کیسے شروع کروں۔ بہرحال بات کچھ اس طرح ہے کہ میرے اوپر ایک مشکل وقت آیا اور وہ اللہ کے پاک ناموں کے طفیل اور درود پاک کی برکت سے ٹل گیا۔ بات کچھ اس طرح ہے کہ میں چنگ چی رکشہ چلاتا ہوں۔ ہمارے اڈا میں ایک دن آدمی کے ساتھ دو لڑکے جھگڑ پڑے اور اس کو مارنے لگے۔ میں بھی وہاں کھڑا تھا بلکہ ان کو چھڑوانے لگا۔ اسی اثناء میں دو چار اور لوگوں نے آکر بات ختم کروادی لیکن وہ آدمی نہایت غصے میں تھا۔ جن لڑکوں نے اسے مارا تھا وہ تو بھاگ گئے۔ وہ آدمی میرے پاس آیا اور مجھے کہنے لگا تم نے بھی مجھے مارا ہے میں تم کو نہیں چھوڑوں گا۔ حالانکہ میں نے آج تک کبھی کسی کے ساتھ لڑائی نہیں کی۔ وہ کہہ کر چلا گیا اور میں شام کو رکشہ لے کر گھر آگیا۔ جب میں گھر آیا تو مجھے پتہ چلا کہ وہ آدمی آیا تھا اور اپنے ساتھ پولیس کو بھی لے کر آیا تھا اور میرا نام بھی لے رہا تھا۔ میں بڑا پریشان ہوا میں نے پولیس کے ڈر سے اگلے دن رکشہ بھی نہیں چلایا۔ سمجھ میں نہیں آرہا تھا کہ میں کیا کروں۔۔۔؟؟؟

گھر میں میں بہت پریشان بیٹھا تھا اور مسلسل درود شریف کا ورد کررہا تھا کہ اچانک مجھے یاد آیا کہ میں نے عبقری کا خاص نمبر کتاب ''مجھے شفاء کیسے ملی؟'' جو کہ میں نے ماہنامہ عبقری کے دفتر سے بذریعہ ڈاک منگوائی تھی میں پڑھا تھا کہ مشکل کا آسان حل اللہ کے پاک نام یَاحَافِظُ. یَاحَفِیْظُ. یَارَقِیْبُ. یَاوَکِیْلُ. یَاسَلَامُ۔ میں ہے۔ میں ماہنامہ عبقری بڑے شوق سے پڑھتا ہوں اور اس میں موجود وظائف اور نسخے خود بھی کرتا ہوں اور دوسرے کو بھی بتاتا ہوں۔ میں بڑے پرجوش انداز میں اٹھا کتاب اٹھائی اور اللہ کا نام لیا اور اللہ کے پاک ناموں کا ورد شروع کردیا اور اپنے لیے دعا کی۔ یااللہ میری مشکل آسان فرما اور گاڑی لے کر چلا گیا۔ اس کے بعد نہ تو وہ آدمی آیا اور نہ ہی پولیس ہمارے بارے میں پوچھنے کیلئے آئی۔ اللہ کے پاک ناموں کی وجہ سے میری مشکل حل ہوگئی۔

گمشدہ بیٹی مل گئی

(اہلیہ اشرف قائم خانی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے سب سے زیادہ جس عمل سے فائدہ پایا وہ یہ ہے: بِسْمِ اللّٰہِ عَلٰی دِیْنِیْ وَنَفْسِیْ وَوَلَدِیْ وَاَھْلِیْ وَمَالِیْ کیونکہ ایک مرتبہ میری بیٹی عصر کے بعد گھر سے نکلی اور دکان پر گئی' پھر مغرب کے بعد میرے شوہر گھر آئے میں نے اس سے اپنی بیٹی کے بارے میں پوچھا تو انہوں نے کہا کہ آئی تھی' دکان پر اب مجھے نہیں پتہ کہ وہ کہاں ہے؟ میں بہت پریشان ہوئی اور درج بالا دعا کا مسلسل ورد کرتی رہی اور میرے شوہر بھی پریشان تھے ہر جگہ ڈھونڈ کر اپنی دکان کے پاس اپنے دوست کے ساتھ کھڑے ہوئے تھے' وہاں ان کو ہلکی سی رونے کی آواز آئی جب قریب جا کر غور سے سنی تو وہ میری بیٹی کی آواز تھی چونکہ جولائی کا مہینہ تھا میرے شوہر جلدی سے گھر آئے اور چابی لیکر دکان کھولی تو میری دوسال کی بیٹی کرسی پر اندھیرے میں پسینے میں شرابور پڑی تھی چونکہ میرا معمول تھا کہ میں اس دعا کو فجر اور عصر کے بعد سات مرتبہ پڑھتی ہوں اور مجھے یقین تھا کہ میری بیٹی صحیح سلامت مل جائے گی جس کو رب رکھے اس کو کون چکھے۔

سرورِ کونین صلی اللہ علیہ وسلم کا آخری عمر میں وظیفہ

حضرت ام سلمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ سورۂ نصر کے نزول کے بعد اٹھتے بیٹھتے اور جاتے آتے ہر وقت (نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم) یہ دعا پڑھتے تھے سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ وَاَتُوْبُ اِلَیْہِ۔ اور فرماتے تھے کہ مجھے اس کا حکم کیا گیا اور دلیل میں سورۂ نصر کی تلاوت فرماتے تھے۔ (معارف القرآن) آپ صلی اللہ علیہ وسلم فرمایا کرتے تھے کہ میرے رب نے مجھے حکم دے رکھا ہے کہ جب میں یہ علامت دیکھ لوں کہ مکہ فتح ہوگیا اور دین اسلام میں فوجیں کی فوجیں داخل ہونے لگیں تو میں ان کلمات کو بکثرت کہوں چنانچہ بحمدللہ میں اسے دیکھ چکا لہٰذا اب اس وظیفے میں مشغول ہوں۔ (مسند احمد، تفسیر ابن کثیر ص792) (یونس قادری، ٹنڈو آدم)

فرضی وہم

مولانا وحید الدین خاں

ڈاکٹر مودی کا فیصلہ معلوم ہونے کے بعد اچانک عرب نوجوان کی ساری پریشانی ختم ہوگئی' وہ معتدل آدمی کی طرح رہنے لگا

ایک نفسیاتی بیماری ہے جس کو ہائپوکونڈریا کہا جاتا ہے جو شخص اس بیماری میں مبتلا ہو وہ خیالی طور پر اپنے کو بیمار سمجھنے لگتا ہے حالانکہ فی الواقع وہ بیمار نہیں ہوتا۔ اس مرض میں مبتلا ہونے والے لوگ یہ یقین کرسکتے ہیں کہ بیماریاں موجود ہیں اگرچہ فی الواقع ایسا نہ ہو۔ 27 جولائی 1996ء کی ملاقات میں پونہ کے جناب فرحات ہارون خاں صاحب نے بتایا کہ 1971ء میں ان کی ملاقات ایک 20 سالہ عرب طالب علم محمد عبدالغفار سے ہوئی۔ وہ بحرین کا رہنے والا تھا اور پونہ میں تعلیم کیلئے آیا تھا۔ اس کو اپنے بارے میں یہ خیال ہوگیا کہ ہندوستانی غذائیں کھاتے کھاتے اس کی صحت تباہ ہوگئی ہے وہ کسی مہلک مرض میں مبتلا ہے۔ اس نے فرحات ہارون صاحب سے کہا کہ مجھے کسی اچھے ڈاکٹر کے پاس لے چلیں۔ فرحات صاحب اس کو پونہ کے ڈاکٹر ایس ایم اچ مودی کے یہاں لے گئے۔ ڈاکٹر مودی نے نوجوان کا معائنہ کیا۔ مختلف قسم کے ٹیسٹ لیے۔ چند دن کے بعد اس نے فرحات صاحب سے کہا کہ ان کو بتادیجئے کہ ان کو کوئی بیماری نہیں وہ گھوڑے کی طرح ٹھیک ہیں۔ ڈاکٹر مودی کا فیصلہ معلوم ہونے کے بعد اچانک عرب نوجوان کی ساری پریشانی ختم ہوگئی' وہ معتدل آدمی کی طرح رہنے لگا۔ اب وہ ایسا ہوگیا جیسے کہ وہ کبھی بیمار ہی نہ تھا۔ بیماری کی یہ قسم صرف افراد تک منحصر نہیں کبھی ایسا ہوتا ہے کہ کسی قوم کو بھی یہی نفسیاتی بیماری لاحق ہوجاتی ہے۔ اس کے رہنماؤں کی غلط رہنمائی اس کو اس بے بنیاد اندیشہ میں مبتلا کردیتی ہے کہ ہر طرف سے اس کو خطرات نے گھیر رکھا ہے۔ ایسی قوم کی ترقی کا راز یہ ہے کہ اس کو اس فرضی وہم سے نکال دیا جائے۔ اس کے بعد وہ آپ ترقی کی منزلیں طے کرنے لگے گی۔

بچوں میں توانائی وطاقت کا وظیفہ

ایک سیر خالص سرسوں کے تیل پر ایک ہزار مرتبہ یَاجَبَّارُ پڑھ کر دم کریں' اب اس تیل کو ان بچوں کے جسم پر مالش کریں جو لاغر اور کمزور ہوں اور جن کی نشوونما پیدائشی طور پر پوری نہ ہوئی ہو۔ اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے بچوں میں توانائی اور طاقت آجائے گی' کمزوری و دبلا پن ختم ہوجائے گا۔ (بیگم منظور، حویلی لکھا)

شادی سے چند دن پہلے کی ورزشیں اور غذائیں

عائشہ ناز، لاہور

اگر آپ شادی کرنے جارہے ہیں تو آپ کے لیے ان دنوں میں اپنی خوراک اور نیند پر خاص دھیان دینے کی ضرورت ہے۔ آپ کو اپنی غذا ہلکی پھلکی رکھنی چاہیے اور بھاری اور ثقیل غذاؤں سے جتنا ہوسکے بچیں

شادی بلاشبہ ایک اہم فریضہ ہے اور دنیا کی ایک واضح اکثریت کو اس مرحلے سے گزرنا ہی پڑتا ہے۔ تاہم دیکھا یہ گیا ہے کہ اکثر نوجوان لڑکے اور لڑکیاں شادی کا مرحلہ قریب آتے ہی ایک انجانے دباؤ کا شکار ہوجاتے ہیں۔ اس نئی دنیا میں داخل ہونے کیلئے اگرچہ ان کے دلوں میں لاکھ ارمان ہوتے ہیں لیکن اس کے ساتھ ساتھ کچھ خدشات اور بے نام سا دباؤ بھی ان کے ساتھ رہتا ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ اس قسم کے ذہنی دباؤ کا مقابلہ کرنے کیلئے چند طریقے بہت مددگار ثابت ہوسکتے ہیں۔

بے جا تفکرات کو ذہن میں جگہ نہ دیں: اکثر دلہا اور دلہن کو یہ محسوس ہونے لگتا ہے کہ شادی کے دن گویا بہت کچھ غلط نہ ہوجائے۔ پتہ نہیں اس دن کس قسم کے حالات ہوں سب تیاریاں مکمل ہوں تو اور کئی اقسام کے خدشات ذہن میں کلبلانے لگتے ہیں۔ ایسے نوجوان جن کو ایک دوسرے کے بارے میں بہت کم معلومات ہوں یا ان کے کسی رشتے دار نے ان کے جیون ساتھی کے بارے میں کچھ بھی نہ بتایا ہو وہ عام طور پر زیادہ خدشات کا شکار ہوتے ہیں۔ انہیں اس بات کا بھی خوف ہوتا ہے کہ پتہ نہیں اپنے جیون ساتھی کے ساتھ وہ بہتر تعلقات استوار کرپائیں گے یا نہیں ان میں انڈر سٹینڈنگ کا فقدان تو نہیں ہوگا۔ یا یہ بھی ہوسکتا ہے کہ وہ اپنے ساتھی کہ معیار پر پورے اترتے بھی ہیں یا نہیں تاہم ایسی جگہ جہاں لڑکا اور لڑکی کو شادی سے پہلے ان کے رشتہ دار احباب ان کے جیون ساتھی کی مکمل عادات' پسند ناپسند بتادیں یا پھر قریبی رشتے داری ہو وہاں عمومی طور پر اس طرح کا دباؤ کم ہی ہوتا ہے لیکن پھر بھی کچھ نہ کچھ دباؤ ضرور رہتا ہے۔

کچھ وقت تنہا اپنے ساتھ گزاریں: اگر آپ شادی کرنے جارہے ہیں اور آپ کی شادی کو چند ہی دن رہ گئے ہیں تو آپ کو اپنے دفاتر کے شیڈول یا آپ لڑکی ہیں تو اپنے معمولات کا جائزہ لینا ہوگا۔ آپ کو یہ چیز دیکھنا ہوگی کہ کہیں آپ کافی عرصے سے ایک جیسی سخت قسم کی تلی بندھی زندگی تو نہیں گزار رہے۔ آپ کو اپنے کام اور اپنے لیے آرام کیلئے وقت نکالنے سمیت دیگر معمولات پر نظرثانی کرنی ہوگی اگر آپ محسوس کریں کہ واقعی آپ کے معمولات تھکا دینے والے ہیں تو شادی سے چند دن پہلے آپ کیلئے چھٹی لینا بہت ضروری ہے۔ ایسے میں روزانہ دن کا کچھ عرصہ خالصتاً اپنے ساتھ گزاریے خود کو وقت دیجئے اور خوشگوار آنے والی زندگی کا تصور کیجئے۔ ایسے حالات میں مثبت سوچ کا دامن ہاتھ سے نہیں چھوٹنا چاہیے۔ آپ کو یہ امید کرنی چاہیے کہ آپ کا جیون ساتھی آپ کو سمجھے گا اور آپ کو اسے سمجھنے کیلئے تیار رہنا ہوگا۔

ورزش بہت اہم چیز ہے: دنیا بھر کے ماہرین صحت اور نفسیاتی امراض کے ماہر بھی ورزش کی اہمیت وافادیت کے سوفیصد قائل ہیں۔ اس میں کوئی مبالغہ نہیں کہ ورزش ہمیں ہر طرح سے فائدے پہنچاتی ہے۔ جسمانی طور پر بھی اور ذہنی طور پر بھی ہم ورزش کے ذریعے زیادہ اچھی انداز میں زندگی کو ڈھال سکتے ہیں۔ آپ یقین کریں کہ ان دنوں ہلکی پھلکی ورزش آپ کو چاق وچوبند رکھنے میں مدد دے گی۔ اس لیے آپ پہلی فرصت میں اس جمود کو توڑیے جس کے اندر آپ رہ رہے ہیں۔ جمنازیم جاسکتے ہیں تو ضرور جایئے اور اگر یہ ممکن نہ ہو تو تیز قدمی یا برسک واک ضرور کیجئے۔ تیز قدمی آپ کے جسم ہی کو نہیں بلکہ ذہن کو بھی چست کردے گی۔

گھریلو کام کاج محدود کردیں: ہم یہ نہیں کہتے کہ آپ گھر کے ایک کونے میں لگ کر بیٹھ جائیں تاہم شادی کے دن قریب آنے کے بعد آپ کو گھریلو کام کاج کسی حد تک محدود کردینے چاہئیں۔ اگر آپ اپنے لیے وقت نہیں نکال پائیں گے تو بھی آپ دباؤ کا شکار ہوجائیں گے۔ آپ کو الجھن ہونے لگے گی اور زندگی بلاوجہ تلخ سی محسوس ہوگی۔ آپ اس طرح شادی کے خوش کن لمحات کو بھی اچھی طرح محسوس نہیں کرپائیں گے۔ آپ کی کوشش ہونی چاہیے کہ آپ زیادہ سے زیادہ ریلکس رہیں۔ گھریلو کام کاج کا زیادہ حصہ دوسروں کے سپرد کریں۔ دن رات کو ہلو کے بیل کی طرح گھریلو کام کاج میں جتے رہنے سے آپ ذہنی طور پر دباؤ کا شکار ہوجائیں گے۔

سونے سے پہلے سانس کی ورزش: سانس کی ورزش بھی ذہنی دباؤ سے نجات کیلئے بہت اہم تصور کی جاتی ہے۔ اگرچہ یوگا اور اس طرح کے ماہرین کے نزدیک یہ ساری ورزشوں سے زیادہ ضروری ہے تاہم جدید سائنسی ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر آپ سونے سے پہلے ہلکی پھلکی سانس کی ورزش بھی کرتے ہیں یعنی چھت پر یا کسی کھلی جگہ جاکر لمبے لمبے سانس لیں اور ہوا کو اپنے اندر کچھ دیر روک کر پریشر سے باہر نکالیں تو اس کے بھی آپ کے جسم کو بہت فائدے ملیں گے۔

پانی کا زیادہ سے زیادہ استعمال: شادی کے دن جیسے ہی قریب آئیں تو کالا مشروبات اور کافی یا چائے کی کئی پیالیاں دن میں پینے کے بجائے زیادہ بہتر ہوگا کہ آپ پانی کا زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔ اس کی وجہ ماہرین یہ بتاتے ہیں کہ کیفین جو کافی اور چائے وغیرہ میں پائی جاتی ہے اس کے استعمال سے جلد میں کھردرا اور روکھا پن آنے لگتا ہے۔ پانی کی کمی آپ کی جلد پر واضح طور پر دیکھی جاسکتی ہے۔ اس لیے ہرممکن حد تک کوشش کریں کہ پانی کا استعمال زیادہ سے زیادہ ہو تاکہ آپ اپنی جلد کو مرجھانے سے بچالیں۔

ہنستے کھیلتے رہیں: دیکھیے شادی کو چند دن رہ گئے ہیں اور اب تو آپ کو ذرا ذرا سی معمولی باتوں پر منہ نہیں بنانا۔ یہاں تک کہ یہ آپ کی عادت ہی کیوں نہ ہو۔ آپ کو اس عادت سے پیچھا چھڑوانا ہوگا اور یقین کریں کہ یہ کام آپ بہت آسانی سے کرسکتے ہیں۔ اس لیے دن بھر لوگوں سے خوش دلی سے ملیں' مسکرائیں اور زیادہ سے زیادہ خوش رہیں۔ اگر آپ ان دنوں میں خوش نہیں ہوں گے تو پھر بھلا کب ہوں گے۔ یہی تو آپ کھیلنے کودنے اور ہنسنے کھلکھلانے کے دن ہیں تو ہنسیے ۔۔۔۔۔ ماہرین کے نزدیک ہنسنے سے جسم میں کھنچاؤ پیدا ہوگا ایسا کرنے سے آپ کے اندر ایک مضبوطی کا احساس ہوگا جو آپ کے پٹھوں اور جسم کو زیادہ آرام دے گا۔

نیم گرم تیل سے مساج: اگر آپ محسوس کریں کہ شادی کے حوالے سے آپ کا دماغ مستقل قسم کے دباؤ کی زد میں ہے تو گرم تیل سے مساج کروایئے۔ اس کے بعد ایک گرم گرم باتھ لیجئے۔ آپ دیکھیں گے کہ غسل آپ کو تروتازہ اور توانا بنادے گا۔ دل کو بھی طمانیت کا احساس ہوگا۔

نیند اور غذا کا خاص خیال رکھیں: اگر آپ شادی کرنے جارہے ہیں تو آپ کے لیے ان دنوں میں اپنی خوراک اور نیند پر خاص دھیان دینے کی ضرورت ہے۔ آپ کو اپنی غذا ہلکی پھلکی رکھنی چاہیے اور بھاری اور ثقیل غذاؤں سے جتنا ہوسکے بچیں۔ نیند کا خاص طور پر بھرپور خیال رکھیں اس سے آپ کی جلد بھی نکھرے گی۔ **مثبت سوچ' مثبت نتائج:** آپ بھی ایک انسان ہیں اور جس سے آپ کو منسلک کیا جارہا ہے وہ بھی انسان ہے۔ آپ کو ایک دوسرے سے توقعات اس طرح کی رکھنی ہیں جو پوری کی جاسکتی ہیں۔ آپ جتنے زیادہ حقیقت پسند ہوں گے ازدواجی زندگی میں کامیابی کا تناسب اسی حساب سے بڑھتا جائے گا۔

مراقبے سے روحانی و جسمانی بیماریوں کا علاج

رابعہ قمر، لاہور

تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے۔ کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

جس طرح جسم کے حواس ہیں اسی طرح روح بھی حواس رکھتی ہے اور روحانی حواس کو متحرک کرنے کا نام مراقبہ ہے۔ مراقبہ ایک ایسی کیفیت ہے جس میں فرد موجود ہوتے ہوئے بھی اس مقام پر نہیں ہوتا اور کسی دوسرے مقام پر نہ ہوتے ہوئے بھی وہاں موجود ہوتا ہے۔ اصل میں ہمارے اندر جتنی بھی قوت ہے جتنی بھی طاقت ہے' انرجی ہے' پاور ہے' روح ہے یہ سب خالق کی صفات کا عکس ہے اور کائناتی علوم صرف روح کو حاصل ہیں' لہٰذا روح سے واقفیت انتہائی ضروری ہے' زندگی کا سراغ پانے کیلئے اپنے من میں ڈوبنا پڑتا ہے۔ پانچ حواس جو مادیت میں محدود ہیں لیکن روح کے مرکز میں داخل ہوتے ہی یہ محدود حواس چونکہ مادے کی گرفت سے باہر نکلتے ہیں لہٰذا لامحدود ہوجاتے ہیں مثلاً نگاہ خواب میں کیا کچھ دیکھ لیتی ہے۔ سو وہ شے جو غیب ہے لیکن دسترس میں ہے کہ اسے مسخر کردیا جائے اسے اپنے وجود کے مقناطیسی نظام سے دیکھا جاسکتا ہے اور وجود کی طاقت سامنے لانے کیلئے شمع بتی' چاند اور آخر میں سورج کو مسلسل دیکھ کر قوت میں اضافہ کیا جاسکتا ہے۔

انسانی وجود میں دماغ اس کائنات کا سب سے بڑا بھید ہے کہ دنیائے انسانیت کے تمام کارنامے' تفکر' تصور اور خیال کی غیر مرئی طاقت کا طواف کرتے ہیں اور نئے مفاہیم کے ساتھ نئے صبح و شام پیدا کرتے ہیں۔ لہٰذا دماغ میں موجود ذہن کی رفتار پر ہی عمل کی رفتار کا دارومدار ہوتا ہے اور اس رفتار کو بڑھانے کا صرف ایک ہی طریقہ ہے اور وہ ہے علم! مراقبے میں جب یکسوئی حاصل ہوجائے اور روشنیوں کا نظام واضح ہونے لگے اور ہر روشنی اپنے مقام کے' مفہوم کے ساتھ ذہن کو روشن کرنے لگے تو ایک کیفیت یہ آتی ہے کہ تمام مناظر بند آنکھوں کے سامنے گھومنے لگتے ہیں یہ کیفیت ورود کہلاتی ہے اور اس کے بعد ایک درجہ وہ آتا ہے جب تمام مناظر کھلی آنکھ سے دیکھے جاتے ہیں یہ مقام شہود کہلاتا ہے۔

روشنیوں اور رنگوں کا ایک نظام ہے جو نہ صرف باہر کی دنیا میں پھیلا ہوا ہے بلکہ بھید کی دنیا پر بھی اس کی حکومت چلتی ہے اور جس رنگ کی قوت غالب آرہی ہو انسان کا مزاج بھی اسی رنگ میں ڈھلنا شروع ہوجاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ رنگ اپنی جگہ اہم ہوتے ہیں رنگوں کی مدد سے علاج بھی کیا جاتا ہے۔

لمس کی مدد سے بھی علاج ممکن ہے' رنگ اپنا روپ مختلف طریقوں سے ظاہر کرتے ہیں آواز کا جو کمپی نیشن ہوتا ہے اس میں بھی کئی رنگ پائے جاتے ہیں۔ یعنی آوازوں کی مرکزیت اور ان کے ملاپ کے اندر بے شمار رنگ ہوتے ہیں اس لیے مختلف جذبوں کے تحت نکلی ہوئی آوازوں کے اس کمبی نیشن سے اندر موجود رنگوں پر فرق پڑتا ہے اور تبدیلی وجود سے باہر ظاہر ہونا شروع ہوجاتی ہے۔ اس کا نام مراقبہ ہے اور مختلف قسم کے مناظر آنکھوں کے سامنے کھلتے چلے جاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ سے رابطہ اور تعلق کی قوت جتنی زیادہ مضبوط ہوگی۔ اتنی ہی طاقت کے ساتھ ہمارے دلوں میں اللہ کی محبت جھلکے گی اور پھوٹے گی۔

مراقبے کے فوائد سائنس کی رو سے: ترقی یافتہ ممالک میں مراقبے کے موضوع پر سائنسی و تحقیقی کام شب و روز جاری ہے' جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے نہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبے سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہوسکتے ہیں۔ ان نتائج کے پیش نظر مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے۔ کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔ تسبیح کے دوران مسلسل توجہ ارتکاز ضروری ہے۔ زبانی طور پر یا دل ہی دل میں تسبیح کے الفاظ دہرانے کے دوران بھی اس بات کا خیال رکھا جاتا ہے کہا جاتا ہے کہ اصل تسبیح وہ ہے' جو دل یا سانس سے ادا ہو۔ اللہ نے ہمیں سانس اور دل اسی لیے عطا کیے ہیں کہ ہم ان کی مدد سے اسے یاد کریں۔ صرف زبان سے اسے یاد نہ کریں۔ سانس کو دماغ کی سواری بھی کہا جاتا ہے۔ اس لیے سانس کے بارے میں معلومات مراقبے کا ایک اہم جزو ہے۔ اس حوالے سے پہلا نکتہ یہ ہے کہ تسبیح یا جاپ کے ذریعے آپ کو اپنی قدرتی (باقی صفحہ نمبر 42 پر)

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبوی ؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

گھر میں ٹھنڈا پانی مانگنے آجائے تو کبھی انکار نہیں کرتا اگر ختم ہوا ہو تو بازار سے منرل واٹر کی بوتل لاکر انہیں دے دیتا ہوں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ پر اپنا خصوصی فضل و کرم جاری اور ساری رکھے اور آپ کے طفیل ہماری اصلاح فرمائے۔ بفضل خدا آپ کا بیعت کارڈ جب وصول ہوا اور پڑھا تو جسم اور جان میں ایک خاص حرارت اور سکون سا محسوس ہوا اور جب آپ کے فرمان کے مطابق اذکار اور وظائف پڑھنے شروع کیے تو شروع میں کافی مشکل ہوئی' خاص طور پر نماز میں پہلے سے زیادہ آزمائشیں اٹھانی پڑھیں' یعنی ہر نماز میں سجدہ سہو کرنا پڑتا' اکثر بھول چوک' کی بیشی میں اضافہ ہوجاتا۔ اب کافی بہتر ہے۔ ماشاء اللہ۔

اب الحمدللہ پانچ وقت کی نماز کی پابندی ہوگئی ہے اور اذکار و وظائف بھی پابندی سے پڑھتی ہوں اور بفضل خدا نماز، اشراق، چاشت' اوابین' تہجد پابندی سے پڑھتی ہوں اور کثرت سے درود شریف بھی پڑھنا نصیب ہورہا ہے۔ ان سب کے ساتھ ساتھ اب علم دین کی طلب اور عبادت میں خوب طلب محسوس ہوتی ہے۔

میری روحانی کیفیت (پوشیدہ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ سب پر اپنی برکتیں اور رحمتیں نازل فرمائے۔ میں آپ کے رسالے کا باقاعدگی سے مطالعہ کرتا ہوں۔ میں اپنا ایک تجربہ قارئین کی نذر کرنا چاہتا ہوں۔ میں اکثر شربت کی بوتلیں گرمیوں میں لوگوں میں تقسیم کرتا ہوں یعنی شربت یعنی روح افزا' جام شیریں' عبقری افزا، تقسیم کرتا ہوں اور کوئی گھر میں ٹھنڈا پانی مانگنے آجائے تو کبھی انکار نہیں کرتا اگر ختم ہوا ہو تو بازار سے منرل واٹر کی بوتل لاکر انہیں دے دیتا ہوں' مسجدوں میں ہاتھ دھونے کیلئے صابن رکھتا ہوں۔ میرے اس درج بالا عمل سے میرے بہت سے مسائل حل ہوئے ہیں' میرے رزق میں برکت ہی برکت ہے' میرے گھر میں بیماری' تنگدستی' پریشانی و مشکلات نہیں ہیں اگر کوئی آبھی جائے تو ایسے حل ہوجاتی ہے جیسے کبھی تھی ہی نہیں۔ محترم حکیم صاحب! میری کیفیت یہی ہے اور براہ مہربانی میرا نام شائع مت کیجئے گا' میں نہیں چاہتا کہ مجھ میں ریاکاری آئے اور میرا عمل ضائع ہوجائے۔

مثبت رویے سے پرسکون زندگی

سیدہ عالیہ افزاء، ٹوبہ ٹیک سنگھ

ہم اپنے مثبت رویے اور مثبت سوچوں سے اس دنیا کو جنت بنا سکتے ہیں اور اپنی زندگی کو بھی جنت نظیر بنا سکتے ہیں بات صرف بدلنے کی ہے اور بدلنا ہی مشکل ہے لیکن ناممکن نہیں۔ آیئے! آج ہی سے ہم خود کو مثبت انداز میں بدل لیں

عادات، رویے، طور طریقے، سوچ و بچار کے معاملے میں سب ہی مختلف ہوتے ہیں اور بہت ساری عادات ایک دوسرے سے ملتی جلتی بھی ہوسکتی ہیں ہم اکثر دوسروں کے رویے کی شکایت کرتے نظر آتے ہیں کہ وہ زبان کا کتنا کڑوا ہے یا پھر یہ کہ اُس کے ماتھے کے بل کسی وقت بھی ختم نہیں ہوتے لیکن کیا کبھی اپنے رویے کو مدنظر رکھا کہ ہم دوسروں سے خندہ پیشانی سے ملتے ہیں یا مجبوراً اور اکثر مہمانوں کی آمد پر ہم پریشان ہوجاتے ہیں کہ کہاں سے آگئے حالانکہ مہمان تو اللہ کی رحمت ہوتے ہیں۔

اگر ہم دوسروں میں خامیاں اور کمیاں تلاش کرنے کی بجائے ان میں چھوٹی چھوٹی خوبیاں تلاش کرنا شروع کردیں تو ہمیں اُن کی خامیاں چھپتی ہوئی نظر آئیں گی اور اسی طرح اگر ہم دوسروں کے تلخ رویے کا جواب مثبت رویے سے دیں تو بُروں کو بھی اچھا بنایا جاسکتا ہے۔ مانا کہ غصہ تو ہر ایک کو ہی آسکتا ہے۔ لیکن اگر اُس کو کنٹرول کیا جائے تو آپ کا شمار بھی اچھوں میں ہوسکتا ہے اور دوسرا فائدہ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ آپ کا مثبت رویہ دوسروں کو بھی اچھا بنا سکتا ہے۔ اکثر ہمارے ہمسائے کچھ اس طرح کی عادات کے مالک ہوتے ہیں کہ اپنے گھر کا کوڑا ہمارے گھر کے آگے پھینک دیتے ہیں یا پھر بچوں کی لڑائی میں دوسروں کے بچوں کو مارتے ہیں جس کی وجہ سے آپ کو بھی غصہ آجاتا ہے اور آپ بھی بُروں کے ساتھ بُرا رویہ ہی رکھتے ہیں تو یہ مزید برائیوں کو جنم دینے والی بات ہے اگر جواب مثبت ہو اور ہمسائیوں کا کوڑا بھی اٹھا دیں اور پیار سے کہیں کہ یہ غلط ہے اور بچوں کو سمجھائیں کہ بڑوں کے ساتھ بدتمیزی نہیں کرنی تو یہ بہتر ہے اور بچے بھی اچھی تربیت ہی پائیں گے۔ بہن بھائیوں کے درمیان بھی جھگڑے ہوجاتے ہیں اور کچھ بچے جھگڑالو قسم کے ہوتے ہیں اگر جھگڑالو بچوں یعنی بہن بھائیوں میں جو ٹھنڈی اور خوشگوار طبیعت کا ہے وہ جھگڑے کو طول نہ دے تو جھگڑا ختم ہوسکتا ہے اور والدین بھی پریشان نہیں ہوتے۔ اسی طرح ہم اپنے ساتھ جڑے ہوئے رشتوں کو اگر خوشگوار بنانا چاہتے ہیں تو بھی ہمیں بہت سارے معاملات میں قربانیاں ہی دینی پڑتی ہیں کبھی اپنے آرام کی قربانی، کبھی اپنی نیند کی قربانی، کبھی اپنی خوشیوں کی قربانی، اس طرح ہم رشتوں میں توازن قائم رکھ سکتے ہیں اور دوسروں کو بھی بہترین درس دے سکتے ہیں۔

اگر ہم اپنی خوشیوں کو دوسروں کی خوشیوں کی خاطر قربان کردیں تو ہم حقیقی خوشیوں سے آشنا ہوسکتے ہیں اور دوسروں کو خوشیاں دیکر ہم جو خوشی حاصل کرتے ہیں، اُس جیسی کوئی خوشی نہیں۔ اگر ہم اپنی خوشیوں کو دوسروں کی خوشیوں کی خاطر قربان کردیں تو ہم حقیقی خوشیوں سے آشنا ہوسکتے ہیں اور دوسروں کو خوشیاں دیکر ہم جو خوشی حاصل کرتے ہیں اُس جیسی کوئی خوشی نہیں۔

ہم اپنے مثبت رویے اور مثبت سوچوں سے اس دنیا کو جنت بنا سکتے ہیں اور اپنی زندگی کو بھی جنت نظیر بنا سکتے ہیں بات صرف بدلنے کی ہے اور بدلنا ہی مشکل ہے لیکن ناممکن نہیں۔ آیئے! آج ہی سے ہم خود کو مثبت انداز میں بدل لیں، دوسروں کو خوش دیکھ کر خوش ہونا سیکھئے، اپنی سوچ مثبت رکھئے، اپنے ذہن میں دوسروں کیلئے کوئی حسد نہ رکھئے جو ہے اُسی پر شکر کریں اور لالچ نہ کریں تاکہ مزید نعمتیں اللہ تعالیٰ ہمیں عطا فرمائے۔ دوسروں کی غیبت نہ کریں، مہمانوں کی خدمت کرنے میں خوشی محسوس کریں۔ بڑوں کا احترام اور چھوٹوں سے پیار کریں اور خدمت کرنے کے بعد صلے کی توقع رکھنا بے کار ہے۔

صلہ ذات واحد ہی سے مل سکتا ہے، اپنی قسمت پہ خوش رہیے کہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ خوش قسمت وہ ہے جو اپنی قسمت پر خوش رہے۔ سب گلے شکوے بھلا کر دوسروں سے اچھا رویہ رکھیں کہ زندگی تو چار دن کی ہے پھر ہم اسے کیوں ضائع کریں بلکہ ہمیں نیکی کرنے اور اچھائیاں پھیلانے میں مزہ آنا چاہیے۔

مواقع تلاش کریں مگر کیسے؟ اگر آپ کی سوچ مثبت ہے تو آپ ہر قسم کے حالات میں اپنے لیے مواقع تلاش کرلیں گے۔ ماہرین نے بہترین مواقع کی تلاش کیلئے چند باتوں کی نشاندہی کی ہے۔

تاریخ سے متاثر ہوں لیکن اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ آپ اس میں کھو کر رہ جائیں۔ آپ جو بھی کام کررہے ہوں اسے مزید بہتر طریقے سے کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ صبح اپنے شوہر اور گھر والوں کیلئے ناشتے میں کسی دن اچھی سی کوئی میٹھی ڈش کا اضافہ کرلیں تو اس سے گھر والوں کے دل میں آپ کیلئے بہت سے مثبت خیالات جنم لیں گے۔

بہت سی چیزیں ناممکن نظر آتی ہیں لیکن ہر روز بہت سی ناممکن چیزیں ممکن ہوکر دنیا کے سامنے آتی ہیں۔ زندگی کا کوئی بھی شعبہ دیکھ لیں ہر جگہ آئے دن حیرت انگیز اور ناقابل یقین باتیں سامنے آرہی ہیں۔ آپ اپنی سوچ کو مثبت رکھیں چاہے جتنی بھی مشکلات کیوں نہ ہوں۔۔۔۔! جتنی بھی رکاوٹیں آئیں گھبرائیں نہ بس پھر دیکھیں زندگی جہنم سے جنت کیسے بنتی ہے، گھر میں کیسے سکون آتا ہے۔۔۔ ہر وقت نت نئے مواقع کی تلاش میں رہیں اور گھریلو جھگڑوں سے نجات پائیں۔ رکاوٹوں سے نہ گھبرائیں! اکثر دیکھا گیا کہ چھوٹے موٹے گھریلو مسائل، رکاوٹیں اور پریشانیاں لوگوں کو مایوسی کی طرف لے جاتی ہیں، وہ اپنے تصور کی طاقت کھو بیٹھتے ہیں۔ وہ ہمت ہارنے لگتے ہیں۔ اگر وہ یہ سوچیں کہ ہر رکاوٹ ایک چیلنج ہے اور ایک نئی کامیابی کی راہ دکھاتی ہے تو کوئی وجہ نہیں کہ ناکامی ان کے قریب پھٹک سکے۔

مسافران آخرت

خادم تسبیح خانہ محترم جنید صدیقی صاحب کی ساس صاحبہ پاکپتن شریف قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔ ایڈیٹر عبقری کے پڑوسی محترم حکیم محمد بشیر صاحب اور ان کی اہلیہ عمرہ کی سعادت حاصل کرنے کیلئے حرم تشریف لے گئے، وہاں حادثے میں ان کی اہلیہ موقع پر ہی جاں بحق ہوگئیں اور محترم حکیم صاحب ایک ہفتہ زندگی و موت کی کشمکش میں رہتے ہوئے دنیا فانی سے رخصت ہوگئے۔ دونوں کا جنازہ مسجد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم میں پڑھایا گیا اور تدفین جنت البقیع میں ہوئی۔ خیرپور سندھ میں عبقری کے دیرینہ کرم فرما مسعود باجوہ کے بھائی منیر باجوہ ساہیوال میں انتقال کرگئے۔ حافظ شاہد متین، حافظ زاہد متین، قاسم متین کی والدہ انتقال فرماگئیں۔ عبدالمجید مغل کے ماموں حاجی محمد اجمل وفات پاگئے ہیں۔ ادارہ عبقری کے مکینک محمد یونس کے والد وفات پاگئے ہیں۔ نصرت شاہ صاحب، طارق شاہ صاحب کی پھوپھی وفات پاگئی ہیں۔ ماہنامہ عبقری کے دیرینہ قلم کار مخلص، محسن، متقی اور پشاور میں حضرت حکیم صاحب کے میزبان عزیز الرحمٰن عزیز وفات پاگئے ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی گزارش ہے۔

حکیم مہتاب حسین دہلوی

جمعہ کے دن کرنے والے پانچ عمل

جمعہ کے دن عصر کی نماز کے بعد بغیر کسی سے بات کیے بغیر اپنی جگہ سے اٹھنے سے پہلے جو شخص 80 مرتبہ یہ درود شریف پڑھے گا اس کے 80 سال کے گناہ معاف ہوجائیں گے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِنِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ۔

جمعۃ المبارک کی فضیلت کے بارے میں قرآن پاک میں ارشاد ہوتا ہے: ''اے ایمان والو جب نماز کیلئے جمعہ کے دن اذان دی جائے تو اللہ تعالیٰ کے ذکر کی طرف دوڑو اور خرید و فروخت چھوڑ دو' تمہارے لیے بہتر ہے' اگر تم جانتے ہو''

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ پانچ عمل ایسے ہیں کہ جو شخص ان کو ایک دن میں کرے گا اللہ تعالیٰ اس کو جنت والوں میں لکھ دے گا۔ اور یہ دن جمعہ کا دن ہے۔

1: جمعہ کے دن مریض کی عیادت کرنا۔ 2۔ جمعہ کے دن اگر کوئی میت ہو تو اس کے جنازے میں شریک ہونا۔ 3۔ نماز جمعہ پڑھنا۔ 4۔ روزہ رکھنا۔ 5۔ غلام آزاد کرنا۔ **نوافل شب جمعہ:** بہت سی کتابوں میں جمعہ کی بہت فضیلت لکھی گئی ہے جو کوئی شخص جمعہ کی شب کو عشاء کی نماز جماعت کے ساتھ پڑھ کر سنتوں کے بعد دس رکعت نفل دو، دو کرکے ایسے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ اخلاص اور ایک مرتبہ معوذتین پڑھے ہر سلام کے بعد یعنی دس رکعت پورے کرکے سلام کے بعد وتر پڑھے اور اس کے بعد قبلہ رخ ہوکر سو جائے تو اس نمازی کے اعمال نامہ میں شب قدر میں شب بیداری کا ثواب لکھا جائے گا اور اس شب کو درود شریف بھی بکثرت پڑھے۔ حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو کوئی جمعہ کی رات میں مغرب اور عشاء کے درمیان بارہ رکعت نوافل دو دو کرکے اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور اختتام نوافل پر۔ درود پاک 100 مرتبہ اور اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ الَّذِیْ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَالْحَیُّ الْقَیُّوْمُ وَاَتُوْبُ اِلَیْہِ ۔ 100 مرتبہ پڑھے تو اس نے گویا بارہ سال تک اللہ تعالیٰ کی عبادت کی جس کے دنوں میں روزہ رکھا اور رات کو قیام کیا۔ 3۔ جو شخص نماز جمعہ اور عصر کے درمیان دو رکعت نماز نفل اس طرح سے پڑھے کہ سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیۃ الکرسی اور پچیس مرتبہ سورۂ فلق پڑھے دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ اخلاص اور بیس مرتبہ سورۂ فلق پڑھے۔ سلام کے بعد پچاس مرتبہ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ پڑھے تو انشاء اللہ اپنی زندگی میں خواب میں جنت میں اپنا ٹھکانہ دیکھ لے گا۔

جمعہ کے دن صلوٰۃ التسبیح کے فضائل: 4۔ نماز جمعہ سے قبل صلوٰۃ تسبیح پڑھنا ایسا ہے جیسے حج اور عمرہ ادا کرنے کے بعد انسان ایسا ہوتا ہے جیسے نوزائیدہ بچہ یعنی تمام گناہ معاف ہوجاتے ہیں۔ **80 سال کے گناہ معاف کروایئے:** 5۔ جمعہ کے دن عصر کی نماز کے بعد بغیر کسی سے بات کیے اپنی جگہ سے اٹھنے سے پہلے جو شخص 80 مرتبہ یہ درود شریف پڑھے گا اس کے 80 سال کے گناہ معاف ہوجائیں گے۔ درود شریف یہ ہے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِنِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ۔

نفل برائے حفاظت ایمان

روزانہ مغرب کی نماز کے بعد دو رکعت حفظ ایمان کے پڑھیں۔ دونوں رکعتوں میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ قدر ایک مرتبہ' سورۂ اخلاص چھ مرتبہ' سورۂ فلق ایک مرتبہ' سورۂ ناس ایک مرتبہ۔ زندگی بھر آپ اس عمل کی حفاظت کریں گے تو اللہ تعالیٰ آپ کے ایمان کی حفاظت فرمائیں گے۔ انشاء اللہ خاتمہ ایمان پر ہوگا جس کا خاتمہ ایمان پر ہوجائے میرے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی شفاعت سے جنت میں ضرور جائے گا۔ انشاء اللہ تعالیٰ عزوجل۔ نوٹ: اگر وقت کی کمی کی وجہ سے علیحدہ دو نفل نہ پڑھ سکیں تو مغرب کے آخری دو نفلوں کی نیت برائے حفظ ایمان کرلیں۔ (بنت افتخار' سرگودھا)

وزن کم اور جوڑوں کے درد سے نجات

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ماہنامہ عبقری گزشتہ دو سال سے پڑھ رہی ہوں۔ آپ کی کتاب ''مجھے شفاء کیسے ملی؟'' جو میں نے دفتر ماہنامہ عبقری سے خریدی تھی' اس کتاب نے تو مجھے حیران ہی کردیا۔ میں عرصہ چھ سال سے جوڑوں کے درد کا شکار تھی اور میرا وزن بھی زیادہ تھا' بہت علاج کروائے لیکن فرق نہ پڑتا تھا۔ کتاب ''مجھے شفاء کیسے ملی؟'' میں موجود جوڑوں کا درد کا نسخہ استعمال کیا۔ **ھوالشافی:** آک کی جڑ کا خشک چھلکا 250 گرام' کلونجی 250 گرام' اجوائن دیسی 250 گرام۔ تمام اجزاء کو سفوف بنائیں۔ **مقدار خوراک:** ایک چمچ صبح شام نیم گرم دودھ کے ساتھ۔ چند دن کے استعمال سے جوڑوں کے درد سے نجات مل گئی اور میرا وزن بھی کم ہوگیا۔ (نازیہ بی بی' کھاریاں)

پروفیسر (ر) غلام قادر ہراج' جھنگ

سخاوت کا عجیب واقعہ

راہ گیر نے عرض کی: حضرت! دس ہزار کی رقم آپ کی مجھ پر باقی ہے ادا کرنے میں تاخیر ہوگئی ہے' آپ کو دیکھ کر سخت ندامت ہوئی

مشہور شیخ الصوفیاء حضرت شقیق بلخی اپنا چشم دیدہ واقعہ بیان کرتے ہیں کہ میں ایک روز ابوحنیفہ رحمہ اللہ کے ساتھ جارہا تھا۔ اتنے میں دور سے آتے ہوئے شخص نے ہمیں دیکھ کر راستہ بدل دیا اور ایک دوسری گلی میں مڑ گیا۔

شقیق رحمہ اللہ فرماتے ہیں کہ میں نے دیکھا امام ابوحنیفہ رحمہ اللہ اسی شخص کو خطاب کرکے پکار رہے ہیں: جس راستے پر تم آرہے تھے اسی پر چلے آؤ بھائی! دوسری راہ تم نے کیوں اختیار کی؟ راہ گیر ٹھہر گیا۔ ہم قریب پہنچے تو دیکھا کہ بے چارہ کچھ کچھ شرمایا سا کھڑا ہوا ہے۔

امام ابوحنیفہ رحمہ اللہ نے ان سے پوچھا ''کہ تم نے اپنی راہ کیوں بدل لی؟'' راہ گیر نے عرض کی: حضرت! دس ہزار کی رقم آپ کی مجھ پر باقی ہے ادا کرنے میں تاخیر ہوگئی ہے' آپ کو دیکھ کر سخت ندامت ہوئی' نظر برابر کرنے کی استطاعت نہیں رکھا' اس لیے دوسری گلی کی طرف مڑ گیا تھا۔

امام ابوحنیفہ رحمہ اللہ نے فرمایا: سبحان اللہ! بس اتنی سی بات کیلئے تم نے مجھے دیکھ کر راستہ بدل لیا اور مجھ سے چھپنے کی کوشش کی۔ صرف یہ نہیں بلکہ امام صاحب نے قرض دار کو یہ بھی کہا کہ ''جاؤ میں نے یہ ساری رقم اپنی طرف سے تمہیں ہبہ کردی ہے'' امام ابوحنیفہ رحمہ اللہ نے صرف اس پر اکتفا نہیں کیا۔ شقیق رحمہ اللہ راوی ہیں کہ اس پر مستزاد یہ کہ امام صاحب اپنے قرض دار سے معافی مانگ رہے تھے' بھائی! مجھے دیکھ کر تمہارے دل میں ندامت یا دہشت کی جو کیفیت پیدا ہوئی خدا کیلئے معاف کردو۔

ڈلیوری میں آپریشن کبھی نہ ہوگا

عورت کو حمل کے نویں مہینے کے شروع سے بادام روغن جو کہ خود نکلوایا ہو' بازاری نہ ہو' گائے کے نیم گرم دودھ میں دس قطرے روزانہ شام کو پلائیں' انشاء اللہ ڈلیوری نارمل اور باآسانی ہوگی' کسی آپریشن کی ضرورت نہ آئیگی۔ اگر کسی کو بادام روغن میسر نہیں تو گائے کے گھی کو گائے کے نیم گرم دودھ میں ملا کر پلائیں تو پھر بھی اچھے نتائج آئیں گے۔ (پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج' جھنگ)

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج

روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کیلیے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ مختصر اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند ٹیپ یا سٹیپلر زپن کا استعمال نہ کریں کیونکہ خط کھولتے ہوئے پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ اپنا نام شہر کا نام اور مکمل پتہ واضح کرکے جوابی خط پر ضرور لکھیں۔ ایڈریس نامکمل ہونے کی وجہ سے جواب نہیں دیا جائیگا۔

پانچ سال سے بیٹا بیمار

دوسال کی عمر میں بیٹے کو نمونیے کا ہلکا سا اثر ہوا' معالجین کا کہنا تھا کہ بچے کے پھیپھڑے کمزور ہیں' بڑا ہوگا تو صورتحال ٹھیک ہوجائے گی اب اس کی عمر سات برس ہے لیکن سانس کی ہلکی تکلیف کبھی کبھی ہوجاتی ہے کئی طرح کا علاج کراتی رہی ہوں' پڑھنے لکھنے میں بھی زیادہ دلچسپی نہیں لیتا۔ (مسز عثمان' سکھر)

جواب: رات کو جب بچہ گہری نیند سوجائے تو سورۂ مریم کی پہلی آیت واضح طور پر مناسب بلند آواز سے ایک بار پڑھ دیں۔ علاوہ ازیں صبح و شام پانی پر سورۂ فاتحہ دم کرکے پلائیں' رات کو کسی بھی وقت سورۂ فاتحہ ایک بار پڑھ کر سیدھے ہاتھ پر دم کرکے ہاتھ پشت پر پھیپھڑوں کے مقام پر پھیر دیا کریں۔ یہ عمل تین بار دہرائیں' انشاء اللہ مکمل صحت یابی حاصل ہوگی اور ذہنی یکسوئی اور حصول علم میں دلچسپی میں بھی اضافہ ہوگا۔

گھریلو سکون غارت

گھریلو پریشانیوں نے اس قدر پریشان کیا ہوا ہے کہ گھر سے بھاگ جانے کو جی کرتا ہے' گھریلو حالات انتہائی کشیدہ ہیں' والد صاحب ہروقت لڑتے' جھگڑتے رہتے ہیں' بے حد شکی مزاج ہیں' ان کا سلوک والدہ اور ہم بہنوں سے انتہائی برا ہے' برا بھلا کہتے ہیں اور بددعائیں دیتے ہیں' بھائیوں کا کردار بھی والد کی طرح ہوتا جارہا ہے' والدہ خواب میں اکثر سانپ دیکھتی ہیں جو کاٹ کر گوشت کا ٹکڑا جسم سے نکال لیتا ہے' ہم سمجھتے ہیں کہ یہ جادو سحر کی طرف اشارہ ہے' گھر کا سکون غارت ہوگیا ہے۔ (ع۔ش)

جواب: آپ کی والدہ اور آپ روزانہ رات کو اول و آخر ایک ایک بار درود شریف کے ساتھ ایک سو بار بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں اور پھر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں کہ وہ آپ کے حالات پر اپنی نظر رحمت فرمائیں' اس وظیفے پر کم از کم نوے دنوں تک عمل کیا جائے' انشاء اللہ تمام مسائل و مشکلات کا کوئی نہ کوئی حل یا اسے نکلنے کا راستہ اللہ کی طرف سے واضح ہوجائے گا۔

ذہنی مریضہ۔۔۔؟

میں شدید ذہنی اذیت میں گرفتار ہوں' بچپن سے والدہ کے غیر منصفانہ اور سخت گیر رویے کا شکار ہوں' جوں جوں بڑی ہوتی گئی' ذہنی الجھنیں بھی بڑھتی گئیں' لوگوں کا سامنا کرنے سے گریز کرنے لگی' میری بڑی بہن میرا بہت مذاق اڑاتی تھیں' میں احساس کمتری کا شکار ہوگئی' تنہا رہنے لگی اور اعتماد ختم ہوگیا والدہ نے مجھے نفسیاتی مریض قرار دیدیا' مجھے ہر اس بات سے روکنے لگیں جس میں میرا فائدہ ہو' لوگوں نے ہر طرح میرے ذہن میں یہ خیال بٹھانے کی کوشش کی کہ میں ذہنی مریضہ ہوں' میرا جی چاہتا ہے کہ خوب چیخ کر روؤں لیکن ایسا کروں گی تو لوگوں کی باتیں سچ دکھائی دیں گی۔ (پوشیدہ)

جواب: اسم ذات اللہ خوشخط لکھوا کر اپنے کمرے میں آویزاں کرلیں' نماز فجر کے بعد پوری توجہ سے دس منٹ اس اسم کو دیکھتے ہوئے دل ہی دل میں اس کا ورد بھی کرتی رہیں پھر چلتے پھرتے پوری توجہ سے دس منٹ تک اسے مزید پڑھیں۔ رات سونے سے پہلے بھی دس منٹ تک اسم ذات دیکھ کر دل ہی دل میں پڑھیں اور سوجائیں۔ انشاء اللہ آپ کے اندر تبدیلی واقع ہوگی اور یہ تبدیلی ماحول پر بھی اثر انداز ہوگی۔

سر میں دھماکہ

آج سے نو سال قبل رات کو سوتے میں محسوس ہوا کہ سر میں دھماکہ ہوا ہے اور پیٹ میں غبار سا اٹھتا ہوا محسوس ہوا' میری آنکھ کھل گئی اور دل کی دھڑکنیں بڑھ گئیں' شدید گھبراہٹ اور خوف طاری ہوگیا اور یوں لگا کہ میں مرنے والا ہوں اس کے بعد سے ذہنی حالت عجیب سی ہوگئی ذہن پر کنٹرول ختم ہوگیا ہے بلکہ یوں لگتا ہے کہ ذہن مجھے کنٹرول کررہا ہے' معمولات زندگی خواب کی طرح محسوس ہوتے ہیں۔ ذہنی دباؤ کی وجہ سے سر ہلنے لگتا ہے' نیند غائب ہوگئی ہے' بھوک اڑ گئی ہے۔ ذہن و جسم کا رابطہ منقطع ہوگیا ہے اور کبھی جسم کو غائب محسوس کرتا ہوں' تمام ذہنی و جسمانی صلاحیتیں منجمد ہوگئی ہیں۔ (شہباز' مری)

جواب: کسی اچھے معالج کو اپنی جسمانی اور طبعی کیفیات بتا کر اس کے بتائے ہوئے علاج و پرہیز پر عمل کریں اس کے ساتھ ساتھ یہ عمل کریں کہ ایک کاغذ پر اوپر بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اور نیچے ایک دائرہ بنا کر اس کے اندر ایک گہرا نقطہ بنادیں' اس نقش کو رات سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد دس منٹ تک پوری توجہ سے دیکھا کریں' نماز فجر کے بعد دس پندرہ منٹ خالی الذہن ہوکر چلتے پھرتے اللہ اللہ کا ذکر دل ہی دل میں کیا کریں' غذا میں زیادہ چکنائی اور نمک کے استعمال سے پرہیز کریں۔

ہوش و حواس کھو بیٹھی

میں کسی کو پسند کرتی تھی اور شادی کے خواہشمند تھی لیکن گھر والے اس بات پر راضی نہیں تھے' اختلافات کی وجہ سے میرا ذہنی سکون غارت ہوگیا' کسی کام میں جی نہیں لگتا' کسی سے میں بات نہیں کرتی' یوں لگتا ہے کہ میں اپنے ہوش و حواس کھو بیٹھی ہوں' میں چاہتی ہوں کہ میرے ذہن سے اس لڑکے کا خیال نکل جائے اور گھر والوں کی ناراضگی ختم ہوجائے' میں نوکری کرنا چاہتی ہوں لیکن گھر والے راضی نہیں۔ (سائرہ' راولپنڈی)

جواب: آپ کیلئے بہتر ہے کہ گھر والوں کی بات پر توجہ دیں اور اپنے خیال کو غلط سمجھتے ہوئے اسے رد کردیں' آپ کے تحت الشعور میں سابقہ خیالات سے کوئی تعلق موجود ہے جس کی وجہ سے آپ خود کو بدلنے پر قادر نہیں ہوسکتی ہیں' ذہنی یکسوئی کیلئے رات سونے سے پہلے اندھیری جگہ بیٹھ کر دس منٹ تک سورۂ اخلاص کا ورد کریں۔ اس عمل کو چالیس دن دہرائیں اور جن دنوں میں مجبوراً ممکن نہ ہو' وہ شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں' انشاء اللہ ذہنی سکون کے ساتھ ساتھ اللہ تعالیٰ کی طرف سے بہت سی اچھائیاں بھی حاصل ہوں گی۔

جسمانی زوال

یوں محسوس ہوتا ہے کہ میں جسمانی طور پر زوال کا شکار ہوں اور ذہن بھی بند ہوتا جارہا ہے' اکثر نظام ہضم بگڑ جاتا ہے' کھایا پیا جسم کو نہیں لگتا' دوا کھانے سے جی گھبراتا ہے اور متلی سی محسوس ہوتی ہے' پرہیز غذا استعمال کرتی ہوں رات کو سوتے میں دل گھبراتا ہے اور بے چینی سی محسوس ہوتی ہے۔ کبھی اچانک بھوک بڑھ جاتی ہے تو اٹھ کر کھانا کھا لیتی ہوں' ڈاکٹر ذہنی دباؤ اور خون کی کمی بتاتے ہیں۔ اکثر جسم اور بازوؤں میں درد ہونے لگتا ہے' طبیعت سے خوشی وسرور رخصت ہوچکے ہیں' بے سکون رہتی ہوں۔(رائنا' ملتان)

جواب: نماز فجر کے بعد سورۂ فاتحہ تین بار پڑھ کر پانی پر دم کرکے پی لیا کریں' نماز عشاء کے بعد سورۂ اخلاص تین بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں کے انگوٹھوں پر دم کریں اور سیدھے ہاتھ کا انگوٹھا دائیں آنکھ اور بائیں ہاتھ کا انگوٹھا بائیں آنکھ کے پپوٹوں پر پھیر لیں یہ عمل تین بار دہرائیں' انشاء اللہ جسمانی و ذہنی آزار سے اللہ تعالیٰ جلد نجات عطا فرمائیں گے۔

آمدنی کا مسئلہ

والد کسی جگہ کام کرتے تھے کہ اچانک بیماری نے آلیا' بیماری کی وجہ سے نوکری کو خیرباد کہنا پڑا' طبیعت بہتر ہونے کے بعد سے نوکری کی تلاش کررہے ہیں لیکن کہیں کام نہیں بنتا' ایسے حالات ہوگئے ہیں جو ناقابل بیان ہیں' یوں لگتا ہے کہ قسمت کے دروازے بند ہوگئے ہیں' میں چھوٹا سا کاروبار کرتا ہوں لیکن اس کے حالات بھی اچھے نہیں ہیں' روز بروز آمدنی کم ہوتی جارہی ہے۔(کاشف' لاہور)

جواب: والد صاحب سے کہیں کہ نماز کی پابندی کے ساتھ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد سورۂ شوریٰ کی آیت نمبر 19 تین مرتبہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں' انشاء اللہ جلد ایسے حالات و اسباب پیدا ہوں گے کہ ان کا مسئلہ حل ہوجائے گا۔ آپ روزانہ نماز عشاء کے بعد اول وآخر تین تین مرتبہ درود شریف کیساتھ دو بار آیۃ الکرسی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے خیروبرکت کی دعا کیا کریں اور اس وظیفے کو 90 دنوں تک پڑھیں۔

معاشی مسائل

میرے معاشی حالات دن بدن خراب ہوتے جارہے ہیں جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں' اخراجات بڑھتے جارہے ہیں اور آمدن نہ ہونے کے برابر ہے۔(انور کمال' گجرات)

جواب: معاشی مسائل' ملازمت کے حصول اور گھریلو معاملات میں برکت کیلئے نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اول وآخر تین بار درود شریف کے ساتھ آیۃ الکرسی چار بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں' دعا کرتے وقت یہ تصور قائم کریں کہ آپ عرش الٰہی کے نیچے موجود ہیں اور اللہ تعالیٰ آپ کی عرض سن رہے ہیں۔ بار بار دعا کر دہرائیں۔ اس عمل کو نوے دنوں تک کیا جائے۔

ذہن کام نہیں کرتا

دو سال قبل قرآن پاک حفظ کرنے کے بعد جماعت نہم میں داخلہ لیا' اسی زمانے میں ایک حادثے سے دوچار ہوا اور تقریباً 25 دن بیہوش رہا' سر کے پچھلے حصے میں شدید چوٹ آئی تھی اس واقعے کے بعد حافظہ کمزور ہوگیا' تعلیم ترک ہوچکی ہے' بہت ساری باتیں ایسی ہیں جو بے اختیار زبان سے نکل جاتی ہیں اور بعد میں افسوس کرتا ہوں' بحث کرنا میری عادت بن گیا ہے' اللہ کے فضل سے نماز کا پابند ہوں اور قرآن پاک بھی یاد ہے لیکن کورس کی کتابیں لے کر بیٹھتا ہوں تو ذہن کام نہیں کرتا' بہت سی دوائیں بھی استعمال کرچکا ہوں لیکن صورتحال وہی ہے۔(محمد یوسف' حیدرآباد)

جواب: صبح وشام کوئی فرد آپ کیلئے یہ عمل کرے' وضو ہوکر آپ کو سامنے بٹھائے ایک بار اسم ذات اللہ پڑھ کر انگشت شہادت پر دم کرے اور انگلی سے آپ کے سر پر چوٹ کے مقام پر اسم اللہ لکھ دے اور پھر سر پر دم کردے' اس عمل کو تین بار دہرایا جائے' آپ رات کو سونے سے پہلے آنکھیں بند کرکے یہ تصور کریں کہ ایک بہت بڑا سمندر ہے جس میں آپ ڈوبے ہوئے ہیں اس تصور کو دس منٹ کرنے کے بعد سوجائیں۔

خوف کی وجہ

مجھے بچپن ہی سے بہت ڈر محسوس ہوتا ہے' جس کی وجہ آج تک واضح نہیں ہوئی' خوف کا عالم یہ ہے کہ گھر میں رات کو ایک کمرے سے دوسرے اندھیرے کمرے میں نہیں جاسکتا' کسی دوسرے گھر میں تنہا رات نہیں گزار سکتا' کوئی ماورائی اور غیرمعمولی واقعہ سن کر جسم میں ایک سرد لہر دوڑ جاتی ہے اور رونگٹے کھڑے ہوجاتے ہیں۔ ہوائی جہاز کے سفر کے تصور سے ہی روح فنا ہوجاتی ہے' بظاہر ایسی کوئی بات ذہن میں نہیں آتی جس سے خوف کی وجہ سمجھ میں آسکے۔(محمد خورشید' شیخوپورہ)

جواب: نماز فجر کے بعد آنکھیں بند کرکے بیٹھ جائیں' آنکھیں بند کرکے تصور کریں کہ آپ کسی ایسی جگہ موجود ہیں جہاں گھپ اندھیرا ہے یا پھر اندھیرے کمرے کا تصور دس منٹ تک قائم رکھیں' رات سونے سے پہلے آیۃ الکرسی تین بار پڑھ کر سونے کیلئے لیٹ جائیں اور دل ہی دل میں یہ جملے دہرائیں کہ اندھیرا خوفناک شے نہیں ہے' اندھیرے کا خوف دل سے نکال دو' یہ جملے دہراتے دہراتے سوجائیں' یہ دونوں عمل کم از کم چالیس دنوں تک قائم کریں علاوہ ازیں غذا میں نمک اور کھٹی اشیاء کے زیادہ استعمال سے گریز کریں' قدرتی مٹھاس مثلاً کھجور وغیرہ اعتدال سے استعمال کیا کریں۔

بے اولادی

بچی کی شادی کو آٹھ سال ہوگئے ہیں اولاد سے محروم ہے' روحانی وظائف عطا فرمائیں۔(بیگم آصف' چونیاں)

جواب: بہن آپ نماز کی پابندی کریں' بچی بھی روزانہ اول و آخر درود پاک گیارہ مرتبہ درمیان میں سورۂ یوسف تین مرتبہ دم کرکے پانی پر بچی کو اکتالیس دن پلائیں' صبح نہار منہ ناغہ نہیں کرنا' انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

سستی اور بصارت میں کمی

چھ سات سال سے پاؤں کی ایڑیوں' پنڈلیوں' ہاتھوں کی انگلیوں میں بہت سخت کھچاؤ اور درد ہوتا ہے' ہر وقت سستی اور نیند طاری رہتی ہے' بصارت کم ہوگئی۔ قرآن وسنت کی روشنی میں وظیفہ دیں۔(تبسم عظیم' سیالکوٹ)

جواب: آپ روزانہ صبح نہار منہ سورۂ فاتحہ مع بسم اللہ سفید چینی کی پلیٹ پر لکھوا کر زعفران سے کنواں کے پانی سے دھو کر پئیں' اکتالیس دن عمل کریں' انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

جوڑوں کا درد اور ہیپاٹائٹس بالکل ختم

اکثر بچوں اور بڑوں کو ہیموگلوبن کا مرض ہوجاتا ہے۔ اس کا بہترین اور آسان علاج درج ہے: **ھوالشافی:**۔ سیب کا جوس ایک گلاس روزانہ مریض کو پلا دیا جائے ایک ماہ میں مکمل شفایاب ہوجائے گا۔ اگر سیب کا جوس نہ ہو تو ہر روز ایک سیب اور ایک گلاس دودھ استعمال کروائیں۔

ہیپاٹائٹس ایک خوفناک مرض ہے جس کو یہ مرض ہوجائے' وہ مریض بے حد پریشان اور مایوس ہوتا ہے' خوراک بھی محدود ہوتی ہے بلکہ یہ بے حد پرہیزی کھانا' گندم کی روٹی تو صرف دیکھ ہی سکتا ہے جو کہ زندگی کا حصہ ہے۔ آج کل جو بیماریاں جنم لے رہی ہیں اس کی بنیادی وجوہات اللہ سے دوری ہے بچوں کے پیدائش کی قبل اکثر خواتین آرام کرنے کے بہانے ٹی وی دیکھتیں ہیں اور وہ تمام اثرات بچہ قبول کررہا ہوتا ہے۔ دنیا میں آنے سے قبل بچہ ابلیس کے تمام قوانین سیکھ جاتا ہے۔ یہ بنیادی باتیں ہیں کہ جس کی وجہ سے بے حد بیماریاں جنم لے رہی ہیں بچے کی پیدائش سے قبل ماں اللہ کی رضا اور ناراضگی کا خیال رکھے' کثرت سے قرآن پاک کی تلاوت' باوضو رہنا' ہر روز سورۂ یوسف کی تلاوت کریں تو بہت نیک اور صحت مند بچہ پیدا ہوگا۔ بچے کو ٹی وی' کیبل وغیرہ سے محفوظ رکھیں' بے شمار بچے اپاہج اور ابنارمل پیدا ہورہے ہیں اس کے ذمہ دار والدین ہیں' رزق حلال نہ کمانا' دولت کی ہوس' صدقات نہ دینا' حقوق العباد ادا نہ کرنا' والدین کی نافرمانی' اگر معاشرے سے برائیاں اٹھ جائیں تو بیماریاں خود بخود ختم ہوجائیں گی۔ بچوں کی پیدائش کا جائزہ لیں ہر دوسرا بچہ آپریشن سے پیدا ہورہا ہے چودہ سو سال پیچھے پلٹ کے دیکھیں کبھی آپریشن کی نوبت نہیں آئی' اب اس یہ سب کچھ ہورہا ہے ہمارا اعتماد اللہ پر نہیں رہا' خواتین تکلیف برداشت کرنے کی عادی نہیں رہیں' ہر بچہ جب آنکھ کھولتا ہے اپنے اردگرد ایک ہجوم دیکھتا ہے جبکہ اللہ کے نبی ﷺ کا فرمان ہے جب بچے کی پیدائش ہو تو دائی کے سوا کوئی تیسرا فرد خاتون کے پاس نہ ہو' بچے کے کان میں جو آواز جائے وہ صرف اذان اور اقامت ہو۔ ہسپتال میں جو کیفیات دیکھی جاتی ہیں کہ نہ حجاب کا اہتمام' نہ بچے کے غسل کی فکر' غلط قسم کی خرافات' معاوضہ طلب کرنا' اخراجات ادا کرنے کے بعد عقیقہ کرنے کی گنجائش نہیں ہوتی' جو اللہ کا حکم ہے اس کو چھوڑ دیا' ابھی آپ کو ایک خاتون کا واقعہ لکھ رہی ہوں۔ اس خاتون کے پہلے بچے کی پیدائش تھی۔ ڈاکٹر کے پاس چیک اپ کیلئے گئیں۔ ڈاکٹر نے کہا کہ بغیر آپریشن آپ کے بچے کی پیدائش نہیں ہوگی۔ ڈاکٹر کی یہ بات خاتون کو بہت بری لگی۔ اس خاتون نے اللہ سے دعا کی اے اللہ! میرا بچہ سات پردوں میں بھیج' میں اس رقم سے اپنے بچے کا عقیقہ کروں گی۔ گھر آنے کے آٹھ گھنٹے بعد بخیریت بچے کی پیدائش ہوئی۔ اس خاتون کے پاس مڈوائف تھی' خاموشی کا اہتمام کیا' بچے کو غسل دیا اور اذان واقامت دی اور بچے کا عقیقہ کیا گیا۔ تمام بہنوں سے گزارش ہے اللہ پر توکل کریں اللہ کے احکامات کی پیروی کریں۔ بہت سی مصیبتوں سے بچ جائیں گی۔

ہماری بہت ہی قریبی عزیزہ کو ہیپاٹائٹس ہوگیا وہ حکیم کے پاس گئیں انہوں نے یہ نسخہ لکھ دیا۔ **ھوالشافی:** پانچ عدد املی کے دانے' دیسی شکر گڑ والی دو کھانے کے چمچ لیں۔ مغرب کی نماز پڑھ کر پانچ دانے املی کے لیں اور پانی کا گلاس بھر لیں اس بھرے گلاس میں املی کے پانچ دانے ڈالیں' رات بھر بھیگے رہیں' صبح کو اچھی طرح مسلیں اور چھان لیں اور اب دو چمچ شکر ملالیں اور پی لیں۔ انشاء اللہ پانچ دن میں مکمل شفاء ہوگی۔ اگر پانچ روز میں شفاء نہ ہو تو یہ نسخہ اس وقت تک استعمال کرتے رہیں جب تک مکمل شفاء یاب نہ ہوں۔ **نسخہ نمبر 2: ھوالشافی:** پانچ دانے خوبانی خشک' دس گرام تازہ پودینہ' دس گرام ادرک تازہ ان سب کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں اور دو کپ پانی نیم گرم میں بھگو دیں۔ مغرب کی نماز ادا کرنے کے بعد یہ مکمل نسخہ دو کپ پانی میں ڈال کر بھگو دیں۔ صبح فجر کی نماز کی ادائیگی کے بعد بھیگی ہوئی اشیاء مع پانی کے پتیلی میں ڈالیں اور دھیمی آنچ پر چولہا جلا کر پکنے دیں جب ایک گلاس پانی رہ جائے تو پتیلی چولہے سے اتار لیں۔ اب چھلنی میں پانی کو چھان لیجئے اور چینی ڈالیں اور ٹھنڈا کرکے پی لیں۔ یہ نسخہ انشاء اللہ گیارہ دن استعمال کریں گے تو مکمل صحت یاب ہوجائیں گے۔ اگر مکمل شفاء نہ ہو تو یہ نسخہ اس وقت تک استعمال کرتے رہیں جب تک مکمل شفاء نہ مل جائے۔ یہ نسخہ تین اور چار سال کے بچوں کو بھی استعمال کروایا جاسکتا ہے۔ خواہ وہ بچے تمام دن میں ہی ایک گلاس پانی کی مقدار ختم کریں۔ یہ نسخہ بہت سارے لوگوں نے استعمال کیا اور شفاء یاب ہوئے۔

نسخہ نمبر 3: اکثر بچوں اور بڑوں کو ہیموگلوبن کا مرض ہوجاتا ہے۔ اس کا بہترین اور آسان علاج درج ہے: **ھوالشافی:**۔ سیب کا جوس ایک گلاس روزانہ مریض کو پلا دیا جائے ایک ماہ میں مکمل شفایاب ہوجائے گا۔ اگر سیب کا جوس نہ ہو تو ہر روز ایک سیب اور ایک گلاس دودھ استعمال کروائیں۔ انشاء اللہ یہ مرض ختم ہوجائے گا۔ اگر چھوٹے بچوں کو یہ مرض ہے تو انہیں سیب کا جوس پلائیں انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

جوڑوں کے درد کا نایاب نسخہ

کیکر کا گوند ایک پاؤ' اگر گوند پھلائی کا ہو تو زیادہ بہتر ہے۔ گوند کا ناپ لیں اگر ایک گلاس گوند ہے تو اس میں ایک گلاس پانی شامل کرلیں۔ اس کو بارہ گھنٹے پانی میں بھیگا رہنے دیجئے' اس کے بعد اس کو جوش دیجئے اور پھر چولہے سے اتار کر ٹھنڈا ہونے دیجئے۔ چھ گھنٹے فریج میں رکھ دیجئے۔ گوند میں جو غیر ضروری تنکے یا لکڑی وغیرہ ہوتی ہے وہ نیچے جم جاتی ہے۔ کھانے کا ایک چمچ گوند والا پانی جو بچا رکھا ہے وہ ایک کپ دودھ یا چائے میں ڈال کر صبح وشام کو پی لیں۔ **فوائد:** جسم میں طاقت آئے گی' پیٹ کے امراض ختم ہوں گے' گھٹنوں کا درد ختم کرنے کیلئے کمال کا نسخہ ہے۔ اس کے استعمال سے قبض کا مسئلہ ہمیشہ کیلئے ختم ہوجاتا ہے۔ گھٹنوں میں جو چکنائی ہوتی ہے' وہ ختم نہیں ہوتی۔ اس کے استعمال سے کمال کی قوت جسم میں موجود رہتی ہے۔ اس کے استعمال سے سر میں درد نہیں ہوتا۔ یہ نسخہ ہر عمر کے لوگ استعمال کرسکتے ہیں۔ اس کے استعمال کا دوسرا طریقہ: موجودہ بچے ہر وقت منہ میں چیونگم رکھتے ہیں اس طرح گوند لے کر اس کو دھو کر منہ میں رکھ لیں اور چوستے رہیں۔ بہت جوسی اور خوش ذائقہ ہوتا ہے۔ ان نسخوں کو ہمیشہ استعمال کریں بہت مفید ہیں۔

انشاء اللہ شوگر کا سو فیصد یقینی علاج

ھوالشافی: 100 عدد بادام (کوئی کڑوا نہ ہو)' 100 عدد کالی مرچ ثابت دانے' 100 عدد سبز الائچی (چھلکے سمیت)' 100 عدد نیم کے پتے دھو کر خشک کرلیں۔ ایک پاؤ کالے چنے بھنے ہوئے (چھلکے سمیت) یہ ساری چیزیں پیس لیں اور دن میں کسی بھی وقت آدھا چھوٹا چمچ استعمال کریں۔ یہ نسخہ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے جاری رکھیں تو شوگر کا یقینی خاتمہ ہوجاتا ہے۔ (ا۔غ)

29 بیماریاں اکیلا ٹانک! حیرت ہی حیرت

جس نے بھی کچھ عرصہ توجہ اور اعتماد سے استعمال کیا اس نے بہت فائدے پائے لیکن اس کے اور فائدے اتنے زیادہ جو کہ ریسرچ اور تحقیق نے بھی ثابت کیے اور تجربات اور لوگوں کے مشاہدات نے بھی اس کو ثابت کیا۔ وہ اتنے زیادہ اتنے زیادہ کہ خود میری عقل حیران ہے۔ یہ کیسے ہوگیا؟

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

میری شروع سے ہی یہ عادت رہی ہے کہ ایسے لوگوں کو ڈھونڈوں جو زندگی کے تجربات اپنے سینوں میں سموئے تنہائی یا پوشیدگی کی زندگی گزار رہے ہیں۔ وہ ایک دور تھا کہ آتے ہی طوفاں رہے لیکن اب بھی ایک دور ہے کہ وہ زمانے اور راہوں کی اوٹ میں گم ہوگئے' میری کوشش ہے وہ اگر گم ہوجائیں تو ہوجائیں لیکن ان کے تجربات و مشاہدات' بیتی زندگی کے کمالات اور زندگی کے واقعی پرخلوص انوکھے راز جو بار ہا ان کے تجربات میں آئے پھر انہوں نے مفید پائے۔ ایک میں نہیں بار بار پر آزمایا اور ہر دفعہ مفید سے مفید تر پایا۔

کچھ عرصہ قبل ایک صاحب سے میری ملاقات ہوئی بات گھٹنوں اور جوڑوں کے دردوں کی چلی' بے ساختہ کہنے لگے میں ستر سے اوپر چل رہا ہوں اور مجھے یہ مسائل مسلسل گھیرے جارہے ہیں لیکن میں نے اپنا علاج خود کیا اور پھر کہنے لگے کہ کچھ ہی ہفتے میں نے کیا مجھے واقعی بہت فائدہ ہوا اب جب بھی مجھے کوئی تکلیف ہوتی ہے میں یہی ٹوٹکہ آزمالیتا ہوں اور مجھے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ میں چونک پڑا کیونکہ ان کی ساری زندگی میڈیکل علاج معالجہ ریسرچ تحقیق میں گزری' ان کے منہ سے نکلے ہوئے بول پھر وہ ستر کی عمر سے آگے نکل رہے تھے اور بظاہر میں نے انکی زندگی کو فٹنس کے قریب پایا۔ صحت و تندرستی واقعی ایسی تھی جو قابل رشک۔۔۔ مجھے بعد میں احساس ہوا' ان کی فٹنس کا راز اسی ٹوٹکے میں ہے تو میں فوراً بولا کہ آپ مجھے وہ راز بتا سکتے ہیں جس سے آپ کے جوڑ' کمر' پٹھے' اعصاب اور جسم مطمئن اور صحت مند ہوئے۔ قہقہہ لگا کر کہنے لگے آپ کو نہیں بتاؤں گا تو کس کو بتاؤں گا لیکن ایک خطرہ ہے آپ کانوں کے کچے ہیں' آپ نے یہ چیز لکھ دینی ہے' میں ان کی خوش دلی پر مسرور ہوا' بے ساختہ بولا: یقیناً لکھنے کا پروگرام تو ہوگا' ظاہر ہے لاکھوں لوگ اس سے فائدہ پائیں گے۔ کہنے لگے چلو ایسا ہے میں خود لکھ دیتا ہوں۔ کنو یا مالٹا جو بالکل کھٹا ہوا سے کنو کہیں یا مالٹا کہیں' فلٹر کہیں' فروٹر کہیں۔۔۔ جتنا زیادہ کھٹا ہوگا اتنا اس کا فائدہ اور تاثیر بہتر ہوگی۔ دو عدد لے کر اس کا جوس نکال لیں اور جوس بھی ایسا نکالیں جس میں اس کے ریشے' پھوک' بیج سب کچھ ہو۔ ایک بڑا چمچ شہد اور ایک چھوٹا چمچ کاڈلیور آئل یعنی مچھلی کا تیل ڈال کر خوب مکس کریں' اتنا مکس کریں کہ جھاگ بن جائے پھر اس کو چھوٹے چھوٹے گھونٹ پینا شروع کردیں' بڑے بڑے گھونٹ نہ پئیں' اس سارے مرکب کو ختم کرنے کیلئے کچھ وقت لیں۔ بس صبح نہار منہ آپ یہ پی لیں۔ سردی ہو یا گرمی' بارش ہو یا طوفان ہر موسم کیلئے۔ بوڑھا ہو یا بڑا' عورت ہو یا مرد سب کیلئے یہ ایک انوکھا' بہترین ٹانک اور لاجواب تحفہ ہے۔ **قارئین!** انہوں نے تو اس کو جوڑوں کے درد اور کمر کے درد کیلئے بتایا۔ میں نے خود آزمایا اور بے شمار لوگوں کو دیا جس نے بھی کچھ عرصہ توجہ اور اعتماد سے استعمال کیا' اس نے بہت فائدے پائے لیکن اس کے اور فائدے اتنے زیادہ جو کہ ریسرچ اور تحقیق نے بھی ثابت کیے اور تجربات اور لوگوں کے مشاہدات نے بھی اس کو ثابت کیا۔ وہ اتنے زیادہ اتنے زیادہ کہ خود میری عقل حیران ہے۔ یہ کیسے ہوگیا؟

1۔ Parkin sosn"s Disease آخری عمر میں بھولنے کی بیماری Psoriasis جو اس وقت عالمی سطح پر پھیل چکی ہے اور پھیل رہی ہے۔ **2۔** جلد کی ایسی ہٹیلی نامراد اور پرانی سے پرانی بیماریاں حتیٰ کہ جلد ساری پھٹ گئی ہو' اس میں ریشہ پڑ گیا ہو' گندگی عفونت اور بدبو پھیل گئی ہو کیلئے لاجواب طاقت اور تاثیر ہے۔ بعض لوگوں کے ناخن بالکل مردہ ہوجاتے ہیں اور اپنی شکل میں سیاہ ہوجاتے ہیں۔ ان کیلئے بھی یہ ایک بہترین خوشخبری ہے اگر کچھ عرصہ اس نسخے کو استعمال کریں۔ چند دن' چند ہفتے' چند مہینے تو نہایت اس کے بہترین رزلٹ ملیں گے۔ **3۔** چھوٹی آنت کی سوزش' اس کا پھول جانا اور چھوٹی آنتوں کی پرانی سے پرانی بیماری اس کیلئے لاجواب مرہم بھی ہے اور شفایابی کا نسخہ بھی۔ **4۔ چھوٹی آنت کا السر:** چھوٹی آنت کا السر جتنا بھی پرانا ہو اگر یہ دوائی کچھ عرصہ استعمال کی جائے تو اس سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ **5۔** شیزوفرینیا' ٹینشن' انگزائٹی' ڈیپریشن کیلئے اس کا بدل دنیا اب تک پیش نہیں کرسکی۔ **6۔** خون کی کمی' حمل سے پہلے' حمل کے بعد' بچوں میں' بڑوں میں' بوڑھوں میں' نوجوانوں میں' حادثات کے بعد یا کسی بیماری کے بعد یا کسی چوٹ اور تکلیف کے بعد خون کی کمی کا ازالہ ہوجاتا ہے۔ **7۔** الرجی' جلد کا متاثر ہونا اور خاص طور پر وہ موسمی الرجی جو خوشبو دار درختوں کی پولن یا کسی غذا یا دوا سے ہوتی ہوتی' کہ گندم کی الرجی کیلئے ایک انوکھا علاج ہے۔ **8۔** دمہ: یہ مرکب دمہ کے پرانے مریضوں کو جب استعمال کرایا گیا بعض کو پہلے پہل کچھ تکلیف محسوس ہوئی لیکن بعد میں انہیں اس کا بہت اچھا رزلٹ ملا۔ **9۔** الزائمر' رعشہ جس میں ہاتھ پاؤں کانپتے ہیں' گردن کانپتی ہے' جسم خاص طور پر ہاتھ پاؤں پر اپنا کنٹرول نہیں' انسان کھا پی نہیں سکتا اس بیماری میں اس کے بہت اچھے نتائج ہیں۔ **10۔** کولیسٹرول کی زیادتی' چربیلے مادوں کا زیادہ ہونا اور خون میں ایسے گندے مواد جس کیلئے طویل عرصہ دوائی کھانی پڑتی ہے جس میں یورک ایسڈ یوریا کریٹنن' ان سب کیلئے بہت لاجواب ہے۔ **11۔** پرانے سے پرانا ڈیپریشن جو کسی بھی دوائی سے نہ جاتا ہو اس کے استعمال سے ختم ہوجاتا ہے۔ **12۔** شوگر کے مریض اگر یہ دوائی استعمال کریں چاہیں تو شہد اس میں شامل نہ کریں چاہیں تو شہد شامل کر بھی سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ شوگر کے ایسے مریض جن کو زخم ہوگئے تھے بہت فائدے مند ثابت ہوئے۔ **13۔** آنکھ کا سوکھ جانا' نظر کا ختم ہوجانا' پھپھولا بن جانا' آنکھ کے پانی میں کمی' دن یا رات کو نظر نہ آنا' اور روز بروز نظر کا کم ہونا' عینک کے شیشے کا بڑھتے جانا۔ آزمانے کے بعد بہت فائدے مند ثابت ہوا۔ **14۔** جوڑوں کا درد' خاص طور پر ماہواری ختم ہونے والی خواتین میں' بوڑھوں میں اور بڑی عمر والوں میں۔۔۔ اعتماد سے استعمال کریں۔ **15۔** جوڑوں اور پٹھوں کا کھچاؤ' گردن کے پٹھے' سر کے پٹھے' اعصاب کیلئے اس کے بہت بہترین رزلٹ ہیں۔ **16۔** وزن میں مسلسل کمی ہورہی ہو' کوئی وجہ نظر نہ آتی ہو تو اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال کریں تو ان شاء اللہ تعالیٰ اس سے وزن کی کمی میں فائدہ ہوگا۔ **17۔** سینے کا جلنا' کھانے کے بعد تیزابیت' پرانی گیس' تبخیر' پیٹ کا بڑھنا' ایسے ٹھیک ہوتا ہے جیسے کبھی یہ تکلیف تھی ہی نہیں۔ **18۔** بڑی آنت کا کینسر' جس میں علاج یہی ہوتا ہے کہ آنت کا یہ حصہ کاٹ دیا جائے اس کیلئے بہت بہترین فارمولہ ثابت ہوا ہے۔ **19۔** بڑی عمر میں اکثر پروسٹیٹ گلینڈ بڑھ جاتے ہیں' پیشاب رک رک کر آتا ہے' بہت تکلیف ہوتی ہے جو یہ فارمولہ استعمال کرے اس کو یہ تکلیف نہیں ہوتی اگر ہو تو کچھ عرصہ میں ختم ہوجاتی ہے۔ **20۔** ماہواری کے دوران درد: تکلیف' بے چینی' گھبراہٹ یہ دوا اس کا بہترین حل ہے۔ **21۔ چھاتی کا کینسر:** جس میں فوری طور پر یہی کہا جاتا ہے کہ اس حصہ کو کاٹ دیا جائے' ہرگز نہیں! اعتماد سے کچھ عرصہ یہی (باقی صفحہ نمبر 32 پر)

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

جوابی لفافہ ضرور بھیجیں' مکمل پتہ لکھا ہوا۔ جواب میں جلدی نہ کریں۔

بہوؤں کے درمیان جھگڑے

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری دو بہوئیں ہیں جو میرے ساتھ رہتی ہیں' بڑی بہو کے تین بچے ہیں اور چھوٹی بہو کے دو بچے ہیں' میرے دونوں بیٹے کسی فرم میں معقول آمدنی پر سروس کرتے ہیں۔ بظاہر کوئی پریشانی نہیں لیکن دونوں بہوؤں کے درمیان گھر کے کام کی وجہ سے ہروقت ٹھنی رہتی ہے انہیں ایک دوسرے سے ہی شکایت رہتی ہے کہ وہ زیادہ کام کرتی ہے اور گھر کی ذمہ داریاں اس پر زیادہ ہیں اور باورچی خانے کے کام پر تو تیوری ہمیشہ چڑھی رہتی ہے۔ بعض اوقات تو نوبت تلخ کلامی پر آجاتی ہے۔ حد تو یہ ہے کہ پانی ابالنے اور فریج میں پانی رکھنے پر ایک دوسرے سے جھگڑا کرتی ہیں۔ سمجھ میں نہیں آتا کیا کروں؟ گھر کا ماحول دن بدن خراب ہوتا جارہا ہے۔ (میمونہ کریم' لاہور)

جواب: بہن! میری رائے میں آپ کا مسئلہ صرف غلط پلاننگ کی وجہ سے ہوا ہے۔ اسی زمانے میں لڑکیاں خواہ وہ بیٹی ہوں یا بہو مل جل کر زندگی گزارنا نہیں چاہتیں۔ اس کا واحد حل یہی ہے کہ آپ بیٹوں اور بہو کو جمع کریں۔ مسئلہ ان کے سامنے رکھیں اور انہیں صورتحال سمجھائیں۔ اس کا حل یہ ہے کہ آپ دونوں بیٹوں کو علیحدہ کچن بنانے کا مشورہ دیں اور اگر ایسا ممکن نہ ہو تو کام کی باری باندھ دیں تاکہ ایک دوسرے سے اختلاف نہ کریں۔ پانی ابالنے کے مسائل ہیں تو آپس میں پیسے ملا کر ایک فلٹر منگوالیں تاکہ اس سے جان چھوٹ جائے۔ بڑے خاندانوں میں کام کے مسئلہ ہمیشہ سے ہوتے تھے لیکن اب دلوں میں گنجائش ختم ہوگئی ہیں اس لیے یہ زیادہ بڑھ گئے ہیں۔ کچھ ذمہ داریاں خود اٹھائیں اور اپنی نگرانی میں پوری کرائیں۔ صرف بڑا ہونا ہی نہیں ہوتا انسان کو بڑا بننا بھی پڑتا ہے۔

الجھی شخصیت

میرے دو بیٹے ہیں' شوہر کے انتقال کو سات آٹھ سال ہوچکے ہیں۔ دونوں بچے ایک اچھے سکول میں پڑھ رہے ہیں۔ اللہ کا شکر ہے کہ گزراوقات معقول طریقے سے ہوجاتی ہے اب جب کہ میرا بڑا بیٹا محسوس ہوتا ہے کہ اس کی شخصیت بہت الجھی ہوئی ہے۔ وہ کسی سے بات کرنا پسند نہیں کرتا۔ بات تو بات اگر اس کے ساتھ کوئی زیادتی بھی کرجائے تو سہم کر رہ جاتا ہے۔ میں اس کی شخصیت کے اس پہلو سے بڑی پریشان ہوں۔ پڑھائی میں بھی اس کا دل نہیں لگتا۔ باپ بھی نہیں ہے جو اس کی رہنمائی کرسکے۔ آپ سے مشورہ کی طالب ہوں مجھے کیا کرنا چاہیے۔ (ناہید' ملتان)

جواب: بہن! اللہ آپ کو ہمت عطا کرے اور آپ کا حامی و ناصر ہو کہ ابتلا و آزمائش کے اس دور میں آپ مرد کے سہارے کے بغیر زندگی گزار رہی ہیں۔ بیٹے کے مسئلہ کیلئے اللہ سے امید رکھیں اور ہر نماز کے بعد اس کیلئے دعا کریں۔ ماں کی دعا میں بڑی طاقت ہے۔ پھر اس کو آپ خاندان میں اپنے رشتہ داروں اور عزیزوں سے ملوائیں۔ اس کی عمر کے اچھے اور مہذب لڑکوں سے اس کی دوستی کرائیں۔ اچھی معلوماتی اور اسلامی کتابیں اس کو پڑھنے کیلئے دیں۔ صحابہ اکرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم کے واقعات سنائیں تاکہ اس میں ہمت پیدا ہو۔ اسے اچھے استاد سے ٹیوشن پڑھوائیں جو بہتر اور بااعتماد ہو اور اس کی اچھی تربیت کرسکے اور اس میں اعتماد پیدا کرسکے۔ باپ کی محرومی نے بچے کو احساس کمتری کا شکار بنادیا ہے۔ لوگوں میں اٹھنے بیٹھنے سے یہ عادت ختم ہوجائے گی۔

مخلوط تعلیمی ماحول کا نقصان

میرے دونوں بیٹے اولیول میں پڑھتے ہیں' ہمارے گھر کا ماحول درمیانہ درجے کا ہے۔ اس سے مراد یہ ہے کہ نہ تو بہت زیادہ پابند ہے اور نہ بہت زیادہ آزاد۔ لیکن بچوں کے رویے میں خاص فرق ہے۔ خاص طور سے بیٹا جو کسی کلاس فیلو سے بہت زیادہ متاثر ہے' ہروقت اس سے فون پر بات کرتا رہتا ہے۔ اگر کچھ کہوں تو برا مانتا ہے۔ میرے شوہر بھی اسے کچھ نہیں کہتے لیکن میں بہت زیادہ پریشان ہوں۔ میں اس کی تربیت کس طرح کروں کہ آگے جاکر اس کی عادت و اطوار اور سیرت اس ماحول سے متاثر نہ ہو۔ (بیگم شاہنواز' ملتان)

جواب: بہن! یہ آپ کا مسئلہ نہیں ہمارے اکثر گھروں کا مسئلہ ہے' ہوا کے رخ پر چلنے والے کبھی کبھی راہ بھی بھٹک جاتے ہیں۔ اللہ آپ پر رحم کرے اور بچے کو نیک ہدایت دے۔ مخلوط تعلیمی ماحول نے آزادانہ روش کو جنم دیا ہے۔ آپ اس کو سمجھائیں' تنہا نہ چھوڑیں۔ اسے ایسے مشاغل میں مصروف رکھیں کہ اس کا ذہن ان باتوں کی طرف نہ جاسکے۔ خود بھی نماز پڑھیں اور بچوں کو بھی نماز کا پابند بنائیں۔ اخلاقی تربیت ہی حاصل زندگی ہے۔ آپ نے ابھی ہمت سے کام لیا تو انشاء اللہ اس پر قابو پالیں گی۔ دراصل ہمارے معاشرے میں یہ بے راہ روی عام ہوچکی ہے اور اس کا اصل ذمہ دار میڈیا ہے جس نے اچھے اور برے کی تفریق مٹادی ہے جب تک ان دونوں راستوں کے درمیان ایک واضح فرق سامنے نہیں آئے گا' اخلاقی تربیت بہت ضروری ہے۔

عجب ذہنی پریشانی

میں عجب ذہنی پریشانی کا شکار ہوں میں خود سمجھتا ہوں لیکن سلجھا نہیں سکتا۔ میں کسی بھی محفل میں جاؤں میری خواہش یہ ہوتی ہے کہ میں سب سے اچھا اور منفرد نظر آؤں۔ میری صورت و شکل بھی خاصی بہتر ہے لیکن اگر کسی بھی لڑکے کو خود سے اچھے لباس میں دیکھ لیتا ہوں تو پھر مجھ پر عجیب سی کیفیت طاری ہوجاتی ہے جسے میں کوئی نام نہیں دے سکتا۔ اندر ہی اندر دماغ کھولنے لگتا ہے۔ چاہتا ہوں اس لڑکے کا چہرہ بگاڑ دوں۔ بس ایسے ہی خیالات سے ذہن پراگندہ ہوجاتا ہے۔ مجھے احساس ہے کہ میری یہ سوچ غلط ہے لیکن میرا بس نہیں چلتا۔ (شمریز' کراچی)

جواب: یہ کوئی ایسی بات نہیں جس سے آپ پریشان ہوجائیں۔ اپنے جذبات و احساسات کو دبانے کی کوشش نہ کیا کریں جب بھی کسی تقریب میں جائیں اور ایسی صورتحال پیدا ہوجائے تو درود شریف پڑھنا شروع کردیں اور گلاس سے چھوٹے چھوٹے گھونٹ بھر کر پانی پینا شروع کردیں انشاء اللہ یہ کیفیت اعتدال پر آجائے گی۔ ویسے آئینے کے سامنے کھڑے ہوکر اپنے آپ کو دیکھا کریں اور سورۂ فاتحہ پڑھنے کے بعد اللہ کا شکر ادا کیا کریں کہ اس نے آپ کو مناسب ناک' آنکھ اور جسم دیا ہے۔ اس دنیا میں کچھ لوگ تو ایسے بھی ہیں جو آنکھ' ناک اور کان سے محروم ہیں۔ جب آپ اپنی سوچ میں تبدیلی پیدا کریںگے تو آپ کا ذہنی تناؤ خودبخود کم ہوجائے گا۔

اظہر عنایت شاہ، کوہاٹ

شدید دانت درد اور کالے جادو کا یقینی خاتمہ

شیخ فخرالدین خوارزمی رحمۃ اللہ علیہ نے ۶۷۰ھ میں حرم مکہ میں فرمایا جس شخص کو اللہ تعالیٰ نے اس کے حال کے موافق اپنا اسم بتلایا وہی اس کے لیے اسم اعظم ہے جیسے کہ ارحم الراحمین حضرت ایوب علیہ السلام کے واسطے مخصوص تھا جو ان کی اس دعا میں مذکور ہے

یہ عمل شیخ ابو محمد مرجانی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کو نبی کریم ﷺ نے خواب میں تلقین فرمایا تھا۔ عملیات کی اکثر کتابوں میں یہ عمل موجود ہے۔ میرے معمولات میں رہا ہے۔ عمل حد درجہ مؤثر ہے کئی واقعات ہیں' صرف ایک واقعہ حاضر خدمت ہے۔ میرے ایک دوست جو افغانی ہیں۔ ایک دفعہ مجھے کہنے لگے کہ میرے گھر والے دو سال سے میرے رشتے کیلئے کوششیں کر رہے ہیں لیکن کسی بھی طرح بات نہیں بن رہی حالانکہ افغانستان میں کچھ لوگ پیسے دے کر رشتہ کرتے ہیں بندہ نے جب اس کو چیک کیا تو ان پر بندش لگی ہوئی تھی۔ ان کو بتایا کہ بھئی آپ کا مسئلہ تو یہ ہے' یہی عمل تیار کر کے دیا' ایک ہفتہ بعد جب دوبارہ چیک کیا تو بفضل تعالیٰ بندش کے اثرات ختم تھے۔ ایک جگہ ان کے رشتے کی بات چل رہی تھی اسی جگہ رشتہ ہو گیا۔ اب ماشاء اللہ تین بچوں کے باپ ہیں۔

عمل یہ ہے:۔

سورۂ توبہ کی آخری دو آیات۔ بنی اسرائیل آیت نمبر 82۔ سورۂ حشر آیت 21 تا 24۔ سورۂ فلق و ناس مکمل اور یہ دعا

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ الْمُحْيِ وَاَنْتَ الْمُمِيْتُ وَاَنْتَ الْخَالِقُ وَاَنْتَ الْبَارِئُ وَاَنْتَ اللّٰهُ فِيْ اَلَمْ نَخْلُقْكُّمْ مِنْ مَّاءٍ مَّهِيْنٍ فَجَعَلْنٰهُ فِيْ قَرَارٍ مَّكِيْنٍ اِلٰى قَدَرٍ مَّعْلُوْمٍ۔ اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْئَلُكَ بِاَسْمَآءِكَ الْحُسْنٰى وَصِفَاتِكَ الْعُلْيَا يَا مَنْ بِيَدِهِ الْاِبْتِلَاءُ وَالْمُعَافَاتُ وَالشِّفَاءُ وَالدَّوَاءُ بِمُعْجِزَاتِ نَبِيِّكَ مُحَمَّدٍ وَبَرَكَاتِ خَلِيْلِكَ اِبْرَاهِيْمَ وَحُرْمَةِ كَلِمَتِكَ عِيْسٰى عَلَيْهِمُ السَّلَامُ اَللّٰهُمَّ اشْفِهٖ۔

کونسا اسم اعظم ہے:۔ شیخ فخرالدین خوارزمی رحمۃ اللہ علیہ نے ۶۷۰ھ میں حرم مکہ میں فرمایا جس شخص کو اللہ تعالیٰ نے اس کے حال کے موافق اپنا اسم بتلایا وہی اس کے لیے اسم اعظم ہے جیسے کہ اَرْحَمُ الرّٰحِمِيْنَ حضرت ایوب علیہ السلام کے واسطے مخصوص تھا جو ان کی اس دعا میں مذکور ہے۔ رَبِّ اِنِّيْ مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَ اَنْتَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِيْنَ اور اَلْوَهَّابُ حضرت سلیمان علیہ السلام کیلئے جب انہوں نے یہ دعا کی رَبِّ اغْفِرْ لِيْ وَهَبْ لِيْ مُلْكًا لَّا يَنْۢبَغِيْ لِاَحَدٍ مِّنْۢ بَعْدِيْ اِنَّكَ اَنْتَ الْوَهَّابُ (ص35) اور خَيْرُ الْوٰرِثِيْنَ حضرت زکریا علیہ السلام کیلئے اس دعا میں رَبِّ لَا تَذَرْنِيْ فَرْدًا وَّ اَنْتَ خَيْرُ الْوٰرِثِيْنَ (الانبیا 89) چنانچہ اللہ تعالیٰ نے ان کی دعائیں قبول کیں۔ حضرت ایوب علیہ السلام کو بیماری سے صحت ہوئی' حضرت سلیمان علیہ السلام کو ملک عنایت ہوا اور حضرت زکریا علیہ السلام کو حضرت یحییٰ علیہ السلام کی خوشخبری ملی۔ جو شخص اسماء الحسنیٰ میں اپنی حاجت کے مطابق جس اسم کے ساتھ دعا مانگے گا انشاء اللہ قبول ہوگی۔

دانت درد کا مجرب عمل: درج ذیل عمل عبقری اکتوبر 2008ء میں ہے جب سے عمل پڑھا اس دن سے میرے عمل میں ہے۔ دانت درد کیلئے حد درجہ مؤثر ہے۔ آپ بھی ضرور آزمائیں۔ عمل یہ ہے:۔

۷۸۶

ا	ب	ج
د	ه	و
ر	ح	ظ

یہ نقش کسی کاپی پر بنا کر مریض کو کہیں کہ ایک بار تھوک لیں اور سیدھے ہاتھ کی انگشت شہادت درد والے دانت پر رکھے اور قلم کی نوک الف پر رکھ کر مکمل سورۂ فاتحہ بمعہ تسمیہ پڑھ کر دانت پر پھونک مارے پھر قلم کی نوک ب پر رکھ کر دو مرتبہ سورۂ فاتحہ بمعہ تسمیہ پڑھ کر پھونکے' اسی طرح ج پر قلم رکھ کر تین مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کرے۔ اس کے بعد مریض کو تھوکنے کا کہیں۔ انشاء اللہ درد ختم ہو چکا ہوگا۔ اگر کوئی کمی ہو تو اگلے حروف پر بھی پہلے والے طریقے کے مطابق عمل کریں۔ درد کے وقت درد کا ہونا لازمی ہے۔ آرام کی حالت میں دم نہ کرے۔ **نوٹ:** عامل اس کا صدقہ ضرور دے ورنہ اس کے اپنے دانت خراب ہو جائیں گے۔ صدقہ زیادہ نہ ہو صرف پانچ یا دس روپے ہوں خواہ وہ مسجد میں دے۔

درود شریف کی برکت سے خاتمہ بالخیر

میرے ایک چچا کا معمول تھا کہ ان کی زبان پر ہر وقت درود شریف جاری رہتا اور یتیموں کی خفیہ کفالت کرتے' جب ان کا انتقال ہوا تو انہوں کلمہ شہادت پڑھا دائیں طرف منہ کیا اور اللہ کو پیارے ہو گئے۔ (ظفر اقبال' سرگودھا)

گھریلو مسائل کا انسائیکلو پیڈیا

آسان سے نسخے نے زندگی بچالی!

ایک مریضہ کے پیٹ میں پانی بھرا ہوا تھا' تمام جسم پھولا ہوا تھا۔ ہر ہفتے ہسپتال سے پانی نکلواتی تھی' دل کی مریضہ بھی تھی' ڈاکٹر صاحبان کہہ رہے تھے پوری زندگی پانی نکلوانا ہی اس کا علاج ہے۔ اس کے علاوہ کوئی علاج نہیں ہے۔ میں نے اللہ کا نام لے کر دوائی شروع کروائی اسی دن سے افاقہ شروع ہو گیا۔ چند دن بعد اس کی سوجن کم ہونا شروع ہو گئی۔

تقریباً 20 دن سے دوائی شروع کروا رکھی ہے اور ابھی جاری ہے۔ میں نے اسے دوائی دن میں 5 دفعہ کھانے کا عرض کیا تھا پہلے وہ لاعلاج تھی۔ تین تین لحاف لے کر لیٹی تھی اور سامنے ہیٹر ہوتا تھا مگر پھر بھی سردی محسوس کرتی تھی۔ کروٹ بدلنے کیلئے دوسرے آدمی کی ضرورت ہوتی تھی اب جسم کا تمام پانی خشک ہو گیا ہے۔ پہلے منہ سے پیپ نکلتی تھی اب وہ بھی ختم ہو گئی ہے۔ گھر کا تمام کام کاج اب خود کرتی ہے اور کہتی ہے کہ مجھے اللہ نے نئی زندگی دی ہے۔ 4 سال سے بیمار تھی اور تقریباً 6 لاکھ روپے علاج پر خرچ کر چکی ہے۔ اس کا بڑا پیشاب بھی بند تھا۔ نس نس میں پانی بھرا ہوا تھا۔ اب اللہ نے فضل فرمایا ہے۔ دوائی یہ ہے:۔ کباب چینی 100 گرام' پھٹکڑی بریاں 10 گرام کوٹ پیس کر چوتھائی چمچ دن میں تین مرتبہ۔ اس سے سریع الاثر دوائی میری نظر سے آج تک نہیں گزری۔

کان پیڑے کا آسان روحانی علاج

سورۂ فاتحہ پوری پڑھنی ہے اور دائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی پڑھتے ہوئے کان پیڑوں کے گرد پھیرتے جائیں جہاں سے شروع کریں وہیں پر دائرہ ختم کر دیں اور شہادت کی انگلی سے کراس (x) لگا دیں۔ یہ عمل ایک وقت میں تین مرتبہ کرنا ہے۔ صبح' شام اور اگلے دن صبح تین دم ہونگے۔ کان پیڑے ختم ہو جائیں گے۔ انشاء اللہ' اور مریض سے کہیں کہ وہ کم از کم دس روپے کی ٹافیاں لے کر محلے کے بچوں میں تقسیم کر دے۔ (عبقری جلد 4)

چہیتی مانو بلی کی انوکھی کہانی

لال بیگ اور دوسرے کیڑے مکوڑے بھی اس نے ختم کرڈالے۔ جب وہ آئی تھی چوہوں کی جان پر بنی ہوئی تھی۔ ان کا کوئی حربہ کامیاب نہ ہوتا۔ مانو بلی جھٹ انہیں پکڑتی اور کھا جاتی۔ اچھا کھانا' آرام اور سب کی توجہ ملنے لگی تو مانو بلی آہستہ آہستہ کام چور ہونے لگی

ایک تھی مانو بلی' جو کسی کی چہیتی یا لاڈلی نہ تھی۔ اس نے شہر کے ایک کباڑ خانے میں آنکھ کھولی اور پھر اپنی ماں اور دوسرے بہن بھائیوں کے ساتھ مختلف جگہوں کی تبدیلی کے بعد ایک قصاب کی دکان کے پاس گندے نالے پر رہنے لگی۔

وہ ذرا بڑی ہوئی تو ایک دن اس کی بہن رانو بلی کو ایک بہت پیاری سی بچی ایک بڑی سی گاڑی میں بٹھا کر لے گئی اور اس کا بھائی شانی بلا خونخوار کتے کے ہاتھوں دنیا سے رخصت ہوگیا۔ وہ ذرا بڑی ہوئی تو اس کی ماں اسے چھوڑ کر چلی گئی۔ مانو بلی کئی بار اپنی ماں کے پاس گئی کہ شاید اسے پہچان لے لیکن وہ اسے ہمیشہ اجنبی بن کر ملتی اور مار پیٹ کر بھگا دیتی۔

مانو بلی نے بھی آہستہ آہستہ اپنی ماں کو بھلا دیا اور یوں ہی گلیوں میں آوارہ پھرنے لگی۔ ایک دن اچانک اس نے اپنی بہن رانو بلی کو دیکھا جو ایک بہت بڑے سے لان میں گھاس پر بیٹھی دودھ پی رہی تھی۔ مانو بلی فوراً آگے بڑھی اور اسے پکارا لیکن اس نے بھی بہن کو پہچاننے سے انکار کردیا اور اسے اپنے گھر سے نکال دیا۔

مانو بلی کا دل ٹوٹ گیا۔ وہ باہر نکلی تو ایک نہایت گندے بچے نے نشانہ لے کر ایک پتھر اسے دے مارا۔ پتھر اس کی ٹانگ پر لگا اور وہ لنگڑا کر گر پڑی۔ بچے کے ساتھی اس کے اس سنہری کارنامے پر قہقہے لگانے لگے۔

مانو بلی بڑی مشکل سے اٹھی اور اپنی زخمی ٹانگ کے ساتھ بھاگ کھڑی ہوئی کہ کہیں باقی بچے بھی پتھر لے کر اس پر اپنا نشانہ نہ آزمانے لگیں۔ اسے انسانوں پر غصہ آنے لگا کہ وہ کس دیدہ دلیری سے ہم جیسے معصوم جانوروں پر ظلم کرتے ہیں اور انہیں کوئی کچھ نہیں کہتا۔

وہ اپنی زخمی ٹانگ کے ساتھ ایک گھر میں داخل ہوئی تو وہاں ایک مہربان بچے سے اس کا واسطہ پڑا۔ بچے کو اس کی حالت پر بہت ترس آیا۔ کچھ دیر بعد وہ اس کیلئے ایک پیالے میں دودھ لے آیا۔ مانو پہلے تو جھجکی اسے بھوک بھی زوروں کی لگی ہوئی تھی۔ اس نے بچے کی طرف دیکھا جو دور جا کھڑا ہوا تھا۔ مانو بلی نے تھوڑا سا دودھ پیا تو اس کی بھوک اور زیادہ جاگ اٹھی۔ اس نے جلد ہی سارا دودھ پی لیا اور لیٹ گئی۔ بچہ اسے پچکارتا ہوا آگے بڑھا اور بڑے مہربان ہاتھوں سے اس کی زخمی ٹانگ ٹٹولی۔ پھر وہ اندر چلا گیا تو مانو بلی نے بھاگنے کا سوچا مگر اپنے اس نئے مہربان دوست کو چھوڑنے کو اس کا جی نہ چاہا۔ آخر بچہ آیا تو اس کے ہاتھ میں مرہم پٹی تھی۔ مرہم پٹی ہونے کے بعد مانو بلی کو کچھ سکون ہوا تو وہ سو گئی۔

اگلے دن بچہ اسے اپنے گھر کے اندر لے گیا۔ اس کے والدین بھی مانو بلی کو مہربان اور اچھے معلوم ہوئے۔ چنانچہ جلد ہی وہ اس گھر میں گھر کے ایک فرد کی طرح رہنے لگی۔ مہربان بچہ اسے لے کر باہر جاتا' اس کیلئے اس کی پسندیدہ غذائیں لاتا' اسے صاف ستھرا رکھتا۔ مانو بلی کا دل وہاں لگ گیا۔ ان سب کی مہربانیوں کا صلہ اس نے یہ دیا کہ اس گھر میں سے تمام چوہوں کو گھر چھوڑنے پر مجبور کردیا۔

لال بیگ اور دوسرے کیڑے مکوڑے بھی اس نے ختم کرڈالے۔ جب وہ آئی تھی چوہوں کی جان پر بنی ہوئی تھی۔ ان کا کوئی حربہ کامیاب نہ ہوتا۔ مانو بلی جھٹ انہیں پکڑتی اور کھا جاتی۔ اچھا کھانا' آرام اور سب کی توجہ ملنے لگی تو مانو بلی آہستہ آہستہ کام چور ہونے لگی۔ کھا پی کر وہ سارا دن اور رات سوتی رہتی۔ اکثر چوری چھپے دودھ بھی پی لیتی۔ کبھی دوسری چیزیں بھی چپکے سے ہڑپ کرجاتی۔ زیادہ کھانے کی وجہ سے مانو بلی بہت موٹی ہوگئی۔ چلنا پھر اس کیلئے دوبھر ہوگیا۔ ایک روز چوہوں نے باورچی خانے میں ہلا بولا تو مانو بلی ان کے پیچھے دوڑی' مگر جلد ہی تھک گئی۔

چوہے بھی مانو بلی کی کمزوری جان گئے تھے وہ ہر روز ادھر اُدھر پھرتے اور مانو بلی انہیں پکڑ نہ پاتی' کیونکہ وہ بہت موٹی ہوگئی تھی۔ دوڑنے سے اس کا سانس پھول جاتا اور وہ تھک جاتی۔ ایک دن اس نے گھر والوں کو کہتے سنا کہ مانو بلی کو واپس چھوڑ دینا چاہیے کیونکہ یہ کسی کام کی نہیں رہی۔ اتنا سن کر اس کے ہوش اڑ گئے۔ اسے اپنی آوارہ گردی اور غریبی کے دن یاد آگئے۔ اسے انسانوں کی خودغرضی پر غصہ آیا لیکن قصور اس کا اپنا بھی تھا۔ چنانچہ اگلے دن سے اس نے زیادہ کھانا پینا چھوڑ دیا اور باقاعدگی سے روزانہ بھاگنا' ورزش کرنا شروع کردی۔ سستی کاہلی چھوڑ کر کام کو اپنا لیا اور پھر جلد ہی وہ دوبارہ چوہوں کیلئے خطرے کا نشان اور گھر والوں کی آنکھ کا تارا بن گئی۔ پیارے بچو! آپ بھی سستی چھوڑیں' پانچ وقت نماز پڑھیں' سپارہ پڑھیں اور دل سکول میں پڑھیں' اچھے گریڈ میں پاس ہوکر اپنے ماں باپ کی آنکھ کا تارا بن جائیں۔

مجھے ضرور پڑھیں!!!

① الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔ ② ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔

③ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ بمعہ ٹکٹ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔ (ادارہ)

محمد فاروق اعظم' حاصل پور

افحسبتم اور اذان کے عمل نے جنات کو چیخنے پر مجبور کردیا

میں کافی عرصے سے سن رہا تھا کہ میرے ایک دوست کے گھر میں جنات ہیں' ان کے گھر کے اکثر افراد بیمار رہتے' سر اور کندھوں میں درد رہتا' لڑائی جھگڑا رہتا' کاروبار میں برکت نہیں ہے' لڑکے لڑکیاں جوان ہیں مگر کسی کی شادی کا کوئی انتظام نہیں۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے جنات کے متعلق بہت سی کہانیاں سنی ہیں' مختلف کتابوں اور رسائل میں بہت قصے بھی پڑھے لیکن کبھی خود جنات سے بات کرنے یا دیکھنے کا مشاہدہ نہیں ہوا' ابھی چند دن پہلے میری جنات سے ملاقات ہوئی' یہ انوکھی اور سچی ملاقات جس نے مجھے کافی دن بیمار رکھا وہ میں قارئین عبقری کیلئے لکھ رہا ہوں:۔ میں کافی عرصے سے سن رہا تھا کہ میرے ایک دوست کے گھر میں جنات ہیں' لیکن میں ہر بار سنی اَن سنی کردیتا۔ ان کے گھر کے اکثر افراد بیمار رہتے' سر اور کندھوں میں درد رہتا' لڑائی جھگڑا رہتا' کاروبار میں برکت نہیں ہے' لڑکے لڑکیاں جوان ہیں مگر کسی کی شادی کا کوئی انتظام نہیں۔ میں نے انہیں عبقری رسالہ میں سے پڑھ کر اذان اور افحسبتم کا عمل (سات مرتبہ اذان اور سات مرتبہ سورۂ مومنون کی آخری چار آیات دائیں کان میں اگر خود کر رہے ہیں تو تصور کرکے پھونک ماردیں' اور اسی طرح بائیں کان میں سات مرتبہ یہ عمل کریں' کسی دوسرے کا تصور کرکے بھی دم کرسکتے ہیں) اور ہر وقت یَاقَهَّارُ پڑھنے کو دیا۔

کچھ عرصہ گزرا میں اپنے دوست کے گھر گیا اور ان کی چھوٹی بچی مزمل کے کان میں اذان دے رہا تھا کہ اچانک بچی پر حاضری ہوگئی۔ میں یکدم ڈر گیا لیکن میں نے اپنے حواس پر قابو پاتے ہوئے پوچھا تم کون ہو؟ کہنی لگی میرا نام نبیلہ ہے۔ میں نے کہا تم مزمل (بچی) کو چھوڑ دو' کہنے لگی میں نہیں چھوڑوں گی' مجھے اس بچی سے عشق ہے' آپ چاہے مجھے جلا دو یا مار دو' میں نے ڈرتے ڈرتے پوچھا کہاں سے آئی ہو؟ کہنے لگی ہائی سکول کے ایک درخت سے' اور پھر وہ جننی چلی گئی۔

دوسری دن میں پھر گیا اور پھر میں نے گھر کے ایک بچے کے کان میں اذان دی تو پھر حاضر ہوئی۔ میں نے پوچھا کون ہو؟ کہنے لگا میرا نام امین ہے اور میں پیدائشی معذور ہوں اور چھوٹا بچہ ہوں۔ میں نے پوچھا کس کے ساتھ رہتے ہو؟ کہنے لگا یہ جو چھوٹا بچہ ہے اس کے ساتھ رہتا ہوں۔ میں نے پوچھا اس گھر میں آپ کے علاوہ بھی کوئی رہتا ہے؟ اس بچے نے کہا ہاں ہمارے قبیلہ کے کل چالیس افراد ہیں' اس کے علاوہ 500 اور بھی ہیں۔ میں نے پوچھا آپ کو کس نے بھیجا ہے۔ بچہ کہنے لگا کہ ہم شالامار باغ لاہور میں بوہڑ کے درخت سے آئے ہیں' وہاں ایک آدمی ہے' اس نے ہمیں قید کرکے یہاں بھیجا ہے۔

ابھی یہ باتیں جاری تھیں کہ دوست کی والدہ پر حاضری ہوگئی۔ میں نے پوچھا کون ہو کہنے لگی میرا نام خالدہ ہے اور میں اس معذور بچے امین کی والدہ ہوں' اور میں بوہڑ لاہور سے آئی ہوں۔ میں نے پوچھا گھر کے افراد کو کیوں تنگ کرتی ہو؟ بتایا کہ میں مجبور ہوں' تنگ نہیں کرنا چاہتی' میں قید ہوں جب تک آپ لوگ مجھے آزاد نہیں کراؤ گے میں نہیں جاسکتی۔ میں نے پوچھا اس گھر پر کون سے اثرات ہیں۔ اس نے کہا جنات بھی اور جادو بھی۔ جادو قریب ایک گھر ہے اس نے کروایا ہے۔ جننی نے کہا کہ جب آپ افحسبتم اور اذان کا عمل اور یَاقَهَّارُ کا ورد کرتے ہو تو ہمیں بہت چوٹ لگتی ہے۔ آپ یہ نہ کیا کرو۔ اس کے بعد کوئی جنات نہ آیا۔ اب یہ معلوم نہیں کہ جنات سچ بول رہے ہیں یا ہمیں افحسبتم اور اذان کے عمل اور یَاقَهَّارُ کے پڑھنے سے ہٹانے کیلئے جھوٹ بول رہے ہیں۔

محترم حکیم صاحب! اس گھر میں بہت خبیث قسم کے جنات ہیں' یہ اس کے ایسے افراد جو بہت عرصے پہلے فوت ہوچکے ہیں ان کے بارے میں بھی معلومات دیتے ہیں' یہاں تک کہ ان کے والد صاحب کے بارے میں کہا کہ انہیں جادو کے زور پر مارا گیا ہے اور وہ تعویذ ان کے قمیص کی جیب میں تھا۔ گھر والے کہتے ہیں کہ مرنے کے بعد حقیقت میں ایک تعویذ ان کی جیب سے برآمد ہوا تھا۔

ہر روحانی وجسمانی مرض کا علاج

ہر روحانی وجسمانی امراض کا علاج چار چیزوں میں ہے:۔ 1۔دعا۔ 2۔دوا۔ 3۔ پرہیز۔ 4 عمل۔ دعا یہ ہے:۔ توبہ استغفار' کلمہ طیبہ' درود پاک' الحمد شریف' آیۃ الکرسی' آخری چاروں قل یہ سب تین سے لیکر ستر مرتبہ۔ پڑھنا ہی روحانی وجسمانی مرض کا علاج ہے۔ تنگدستی دور ہو: توبہ استغفار کریں' اٹھتے بیٹھتے کلمہ طیبہ کا ورد' اول وآخر درود پاک 3 تا 11 مرتبہ اس کے بعد سارا دن بے حساب اَللّٰهُ الصَّمَدُ يَافَتَّاحُ يَارَزَّاقُ يَاوَهَّابُ پڑھیں۔ انشاء اللہ بے حساب روزی پائیں گے۔ اس کے ساتھ پرندوں کو بطور صدقہ کچھ دانہ وغیرہ ڈال دیا کریں۔ (ر۔ب)

فرزانہ صغیر' سرگودھا

سردار ایسا ہوتا ہے

نوجوان بولا: اللہ کی قسم ان کی قیمت تو پانچ سو درہم کے برابر بھی نہیں۔ مہلب نابینا تھے۔ انہوں نے اس نوجوان کی بات سن لی

ایک مرتبہ مہلب بن ابی صفیرہ کا گزر قبیلہ ہمدان کے ایک محلے سے ہوا یہ بڑے مخیر اور رئیس تھے' محلے کے ایک نوجوان نے انہیں دیکھ کر پوچھا' یہی مہلب ہے؟ لوگوں نے بتایا: ہاں نوجوان بولا: اللہ کی قسم ان کی قیمت تو پانچ سو درہم کے برابر بھی نہیں۔ مہلب نابینا تھے۔ انہوں نے اس نوجوان کی بات سن لی۔ جب رات ہوئی تو مہلب نے اپنی آستین میں پانچ سو درہم رکھے اور اس محلے میں آکر نوجوان کو تلاش کرنے لگے۔ معلوم ہونے پر وہ نوجوان کے گھر آئے اور کمرہ کھولنے کو کہا۔ نوجوان نے دروازہ کھولا تو مہلب نے اس کے آگے پانچ سو درہم ڈالتے ہوئے گویا ہوئے۔ مہلب کی قیمت پکڑو' اللہ کی قسم اے میرے بھتیجے! اگر تو مجھے پانچ ہزار دینار کے مساوی قرار دیتا تو میں پانچ ہزار دینار بھی تیری خدمت میں لاکر رکھ دیتا۔

یہ گفتگو محلے کے ایک بزرگ نے سن لی اور بول اٹھا اللہ کی قسم تجھے سردار بنانے والے نے خطا نہیں کی۔

اللہ تعالیٰ اپنے پیارے بندوں کو دنیا سے بچاتا ہے: حضرت قتادہ بن نعمان رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جب اللہ تعالیٰ کسی بندہ سے محبت کرتا ہے تو دنیا سے اس کو اس طرح پرہیز کراتا ہے جس طرح کہ تم میں سے کوئی اپنے مریض کو پانی سے پرہیز کراتا ہے جب کہ اس کو پانی سے نقصان پہنچتا ہو۔ فائدہ: دنیا اصل وہی ہے جو اللہ تعالیٰ سے غافل کرے اور جس میں مشغول ہونے سے آخرت کا راستہ کھوتا ہو۔ پس اللہ تعالیٰ جن بندوں سے محبت کرتا ہے اور اپنے خالص انعامات سے ان کو نوازنا چاہتا ہے۔ ان کو اس مردار دنیا سے اس طرح بچاتا ہے جس طرح کہ ہم لوگ اپنے مریضوں کو پانی سے پرہیز کراتے ہیں۔

انسان کے تین دوست: علم' دولت اور عزت تینوں دوست تھے' ایک مرتبہ ان کے بچھڑنے کا وقت آگیا' علم نے کہا مجھے درسگاہوں میں تلاش کیا جاسکتا ہے' دولت کہنے لگی مجھے امراء اور بادشاہوں کے محلات میں تلاش کیا جاسکتا ہے' عزت خاموش رہی' علم اور دولت نے عزت سے اُس کی خاموشی کی وجہ پوچھی تو عزت ٹھنڈی آہ بھر کر بولی میں جب کسی سے بچھڑ جاتی ہوں تو دوبارہ نہیں ملتی۔

فاروق احمد، خیر پور ٹامیوالی

ظالم کو قبر نے بھی اپنی آغوش میں جگہ نہ دی

زبان خلق نقارہ خدا سمجھو۔ لوگوں نے کہا کہ ہم اسے ظلم سے روکتے تھے اس نے بے گناہ غیر مسلم لوگوں کو قتل کیا تو اسے اللہ تعالیٰ نے مسلمانوں کے قبرستان میں بھی دفن نہ ہونے دیا۔ راوی کہتا ہے کہ آج بھی اس کی قبر کے قریب سے گزرو تو سخت گرمی محسوس ہوتی ہے

محترم قارئین! یہ واقعہ قیام پاکستان کے وقت خیر پور ٹامیوالی میں پیش آیا اور آج بھی اس کے کئی چشم دید گواہ موجود ہیں۔ یہ واقعہ میرے ایک کولیگ نے سنایا جو کہ وہاں کا رہائشی ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ ظلم آخر ظلم ہے اور ظلم ہمیشہ مٹ کر رہتا ہے۔ اللہ تعالیٰ ظلم کی رسی ضرور ڈھیلی کرتا ہے مگر اس کی پکڑ بڑی شدید ہوتی ہے اور خاص کر جو اس کی مخلوق پر ظلم کرتا ہے اللہ اس کو برباد کر دیتا ہے۔

جب پاکستان معرض وجود میں آیا تو یہاں سے ہندو اور وہاں سے مسلمان ہجرت کر یہاں آ رہے تھے۔ ہندوستان میں جو مسلمان شہید ہوئے۔ انگریز مورخ کے مطابق 30 لاکھ مسلمان مرد و عورت بچوں کو قتل کیا گیا تو جوان لڑکیوں نے اپنی عزت بچانے کی خاطر خودکشیاں کر لیں' زمین انسانی خون سے سرخ ہوگئی۔ اس علاقے میں ایک زمیندار جس کا نام گامن سندھو تھا' وہ خیر پور کا سب سے بڑا امیر آدمی تھا۔ ٹھاکر آدمی تھا اور ظالم بھی بہت تھا۔ جب اس نے دیکھا کہ تقسیم ہند ہو رہی ہے۔ یہاں سے ہندو اور سکھ ہجرت کر کے جا رہے ہیں وہ اپنی جائیداد سب کچھ چھوڑ کر جا رہے تھے۔ گامن سندھو نے ان ہندوؤں اور سکھوں کو قتل کرنا شروع کر دیا۔ ان کا مال بھی چھین لیا اور ان کی عورتوں اور بچوں کو بھی مارنا شروع کر دیا۔ کئی مسلمانوں نے اُسے سمجھایا کہ اچھی بات نہیں ہے۔ اسلام ظلم برداشت نہیں کرتا' خواہ کوئی غیر مسلم ہی کیوں نہ ہو۔ اسلام تو جان کو کعبہ کی حرمت سے بھی زیادہ اہمیت دیتا ہے مگر گامن سندھو نے کسی کی نہ مانی۔ ہندوؤں اور سکھوں کو قتل کرتا رہا ان کا مال و دولت ضبط کرتا رہا وہ تو کچھ بھی نہیں کر سکتے تھے۔

یہاں تک کہ امن ہوگیا' گامن سندھو امیر ترین ہوگیا' اس کا ظلم بڑھتا رہا کچھ عرصے کے بعد بیمار ہونے کے بعد فوت ہوگیا۔ جب اس کی میت علاقے کے لوگ قبرستان میں لے کر گئے تو اسے قبر میں ڈالا گیا تو قبر نے باہر پھینک دیا' قبرستان میں جس جگہ بھی اس کی قبر نکالی گئی وہ قبر بیٹھ جاتی یا خراب ہو جاتی جب کچھ صاحب نظر لوگوں نے محسوس کیا اور کہا کہ اس قبرستان میں نیک لوگ دفن ہیں وہ اس ظالم شخص کو اس قبرستان میں دفن نہیں ہونے دیں گے۔

قبرستان سے دور ریت کے ٹیلے پر ایک درخت تھا۔ لوگوں نے میت اٹھائی اور وہاں لے گئے جلدی جلدی وہاں قبر کھودی اور فوراً میت کو ڈالا۔ مٹی ڈالی اور بھاگ کھڑے ہوئے' جیسے ہی لوگ کچھ دور پہنچے تو قبر کو آگ لگ گئی۔ قبر کے درمیان سے ایک شعلہ نکلا اور اوپر درخت کو آگ لگ گئی' لوگ استغفار کرتے ہوئے وہاں سے واپس آئے۔

زبان خلق نقارہ خدا سمجھو۔ لوگوں نے کہا کہ ہم اسے ظلم سے روکتے تھے اس نے بے گناہ غیر مسلم لوگوں کو قتل کیا تو اسے اللہ تعالیٰ نے مسلمانوں کے قبرستان میں بھی دفن نہ ہونے دیا۔ راوی کہتا ہے کہ آج بھی اس کی قبر کے قریب سے گزرو تو سخت گرمی محسوس ہوتی ہے۔ آج جو لوگ بلاوجہ لوگوں کو قتل کر رہے ہیں' بچوں بوڑھوں اور عورتیں بھی محفوظ ہیں۔ رب کعبہ کی قسم جو لوگ ظلم کرتے ہیں قتل کرتے ہیں ان کی قبریں آگ بچھوؤں اور سانپوں سے بھری ہوں گی ان کی نسلیں بھی برباد ہو جاتی ہیں۔ جو کسی بے گناہ مسلمان یا کسی غیر مسلم کو قتل کرتا ہے اس کا ٹھکانہ جہنم ہے۔

حرام کی کمائی آخر بچی صرف تباہی

(عابد رشید)

مکافات عمل کے موضوع پر ایک سچا واقعہ ہے کہ میرے والد صاحب کے ایک دوست محکمہ ریونیو میں اچھے عہدے پر تھے' ایک بیٹا اور بیٹی تھی۔ بچے بھی انتہائی تابعدار تھے۔ روپے پیسے کی فراوانی کی وجہ سے وہ لاہور کے پوش ایریا میں شفٹ ہوگئے۔ اس کے بعد ملاقات میں کمی آگئی۔ چند سالوں کے بعد ایک مشترکہ دوست سے پتہ چلا کہ دوست کا انتقال ہوگیا اور اسی رات میچ جوا میں بیٹا گھر اور گاڑی ہار گیا۔ باقی جائیداد بینکوں کے لون اور لوگوں کے ادھار پر نکل گئی۔ بیٹی کے سسرال والوں نے حالات کو دیکھتے ہوئے اسے طلاق دے دی۔ اس واقعہ سے پتہ چلتا ہے کہ تربیت میں کمی تھی تو صرف اس چیز کی جس کا ذکر مندرجہ بالا سطور میں کر دیا گیا۔ حرام کمائی سے بنائی ہوئی ایمپلائز سودی دیواریں جب گریں تو باقی صرف تباہی بچی۔

حروف تہجی سے مومن کی زندگی

ا	اللہ کو پہچان	ض	ضیافتِ غرباء کر
ب	بڑوں کا کہنا مان	ط	طواف کعبہ کر
ت	توبہ کر انسان	ظ	ظالم تو نہ بن کبھی
ث	ثابت رکھ ایمان	ع	عمل پسند کریں سبھی
ج	جہاد پر تو چل	غ	غرض نہ ہو کسی سے
ح	حج کیلئے نکل	ف	فرائض ادا ہوں خوشی سے
خ	خانہ کعبہ جا	ق	قرآن کی تلاوت
د	دل کر لے اُجاگر	ک	کما رزق حلال
ذ	ذکر کا مزہ چکھ	ل	لاتعداد کلمہ پڑھ
ر	رمضان کا روزہ رکھ	م	مت رکھ دل میں ملال
ز	زکوٰۃ ادا کر	ن	نمازی سے اللہ کو پیار
س	سلام سدا تو کر	و	وضو مومن کا ہتھیار
ش	شکر کر ہر پل	ہ	ہدایت کی راہ لے
ص	صبر کا ملے گا پھل	ی	یارب اپنا بنا لے

جنات کے پیدائشی دوست میں حصہ دار بنیں صدقہ جاریہ کا بہترین موقع' ہاتھ سے نہ جانے دیجئے گا

مقبول عام و خاص "جنات کا پیدائشی دوست" میں موجود جو حالات و واقعات عام عقل انسانی اور سوچ سے اونچے اور ماوراء ہیں یہ کوئی نئی بات نہیں اس سے پہلے بھی صحابہؓ، اہل بیتؓ، تابعینؒ، تبع تابعینؒ، اولیاء اللہؒ جیسے خاص بندوں کے ساتھ انوکھے واقعات ہوتے رہے ہیں اور ہوتے رہیں گے" جنات کے پیدائشی دوست" جلد دوئم کی تیاری تیزی سے وجود میں آ رہی ہے۔ ہم چاہتے ہیں کہ قارئین کا بھی اس روحانی و مقبول سلسلے میں بھرپور حصہ ہو۔ یقیناً آپ چاہتے ہیں تو اس سلسلے میں آپ کو انٹرنیٹ، کتاب، رسالے، میگزین یا کسی اللہ والے بزرگ سے کوئی بات ملی ہو تو بغیر کسی تاخیر کے ہمیں بھیجیں آپ کے مشکور ہوں گے۔ یعنی حضرت خضرؑ سے ملاقاتیں، طے الارض (کم وقت میں زیادہ فاصلہ طے کرنا)، طے الوقت (کم وقت میں زیادہ ذکر کر لینا)، مکاشفات، پراسرار جنات سے سچی ملاقاتیں، عالم جنات میں حاضری، ان کی مجالس میں شرکت کے واقعات، اہل اللہ کی زندگی سے ثابت شدہ سچی حقیقتیں ہیں یہ واقعات آپ کو کسی بھی اہل اللہؒ کی زندگی میں ملیں ہوں یا کہیں بھی آپ کی نظر سے گزرے ہوں۔ اس کے علاوہ جدید سائنسی تحقیقات میں روحانیت کے معاملات اور جنات سے ملاقاتیں، جنات کے بارے میں سائنسی تحقیقات کے حوالے سے کوئی بھی واقعہ ملا ہو تو مکمل حوالے کے ساتھ ہمیں ارسال کریں...... آپ کے گفٹ کا انتظار رہے گا۔ (ادارہ)

قارئین کے سوال
قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ، کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

مارچ کے جوابات

1۔ بہن آپ اور آپ نے دونوں بہنیں فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ ﴿ق ۲۲﴾ یہ آیت ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھیں اور پانی پر دم کرکے وہ پانی اپنی آنکھوں پر لگائیں اس کے ساتھ گاجر کا رس طبیعت کے مطابق استعمال کریں۔ اگر ہوسکے عبقری میں شائع ہونے والے مضمون ”عینک توڑ مچھلی کا سوپ پینے کے بعد“ اس سلسلے میں آپ کا بہت معاون ہوگا۔ **(ام جویریہ، کراچی)**

2۔ آپ بہت خوش قسمت ہیں، اللہ نے آپ کو توبہ کی توفیق عطا فرمائی، تنہائی میں بیٹھ کر دو نفل صلوٰۃ التوبہ کے پڑھیں اس کے بعد سورۂ فاتحہ کو دو تین بار دہرائیں جب اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَ اِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ پر پہنچیں تو اس کو بار بار دہرائیں یہاں تک کہ آپ کی آنکھوں سے آنسو جاری ہوجائیں۔ آپ کو دائیں بائیں کسی چیز کی پرواہ نہ رہے۔ ایسا اللہ سے رابطہ قائم ہوجائے۔ یہ عمل جب بھی آپ کو موقع ملے تب کریں۔ اس کے علاوہ استغفار اور پہلے کلمہ کا کثرت سے ورد کریں۔ کلمے کے نور سے دل منور ہوجائے گا۔ انشاء اللہ۔ **(رابعہ، لاہور)**

3۔ محترمہ عاسیہ صاحبہ! اس سلسلہ میں ایک ٹوٹکہ حاضر خدمت ہے جب بھی آدھے سر کا درد شروع ہو تو جس طرف درد ہو اس طرف کے مخالف ناک کے نتھنے میں 4،3 قطرے کریلے کا رس ڈال دیں درد ٹھیک ہوجائے گا۔ مجھے بچپن میں بہت زیادہ آدھے سر کا درد ہوتا تھا، اس نسخے سے ہمیشہ کیلئے ٹھیک ہوگیا جب بھی درد شروع ہو یہ نسخہ آزمائیں، انشاء اللہ کچھ دنوں میں درد ہمیشہ کیلئے ٹھیک ہوجائے گا۔ آرام آنے پر میرے لیے خصوصی دعا کریں۔ **(محمد عثمان، راولپنڈی)**

4۔ محترمہ آصفہ! آپ کے بالچر کیلئے ایک نہایت آزمودہ نسخہ درج کررہا ہوں، بک ریفرنس ”کلونجی کے کرشمات“ صفحہ نمبر 42، ھوالشافی: انڈے کی زردی کا تیل، کلونجی باریک پسی ہوئی دونوں کو ملا کر سر پر اچھی طرح رگڑیں اور مالش کریں، اس طرح مستقل کرنے سے گنج دور ہوجاتا ہے میرا کلینک ہے میں اپنے کلینک پر یہ تیل بنا کر دیتا ہوں، سو فیصد رزلٹ ملتے ہیں۔ **(ڈاکٹر ظفر حمید ملک، اٹک)**

اپریل کے سوالات

1۔ محترم قارئین السلام علیکم! میں سگریٹ نوشی کا بہت شوقین ہوں، عرصہ دراز سے سگریٹ نوشی کررہا ہوں، روز کی تین تین ڈبیاں پھونک جاتا ہوں، میرے گھر والے، رشتہ دار میری اس عادت کی وجہ سے بڑے پریشان ہیں۔ میں نے بارہا اس عادت کو چھوڑنے کی کوشش کی لیکن ہر بار ناکام رہا، اگر کسی قاری کے پاس سگریٹ چھوڑنے کا کوئی ٹوٹکہ ہے تو براہ مہربانی ضرور بتائیں۔ **(محمد برکت، گوجرانوالہ)**

2۔ محترم قارئین السلام علیکم! میرا چہرہ دن بدن خراب ہوتا جارہا ہے، بازاری کریمیں لگا لگا کر میں تھک چکی ہوں، ان کے سائیڈ ایفیکٹ نے میرا چہرہ بگاڑ کر رکھ دیا ہے، پورا چہرہ پیپ زدہ دانوں سے بھرا ہوا ہے، ان دانوں نے مجھے ڈیپریشن کا مریض بنادیا ہے، اگر کسی بہن یا بھائی کے کوئی ٹوٹکہ، نسخہ یا وظیفہ ہے تو براہ مہربانی ضرور ماہنامہ عبقری کو ارسال کریں۔ **(ش، راولپنڈی)**

3۔ محترم قارئین السلام علیکم! مجھے شدید گرمی کی شکایت ہے، سخت سردیوں میں بھی میرے جسم سے ہروقت آگ نکلتی رہتی ہے، ہاتھ پاؤں ہروقت گرم رہتے ہیں، پیشاب میں پیلاہٹ بہت زیادہ ہے، اب جیسے جیسے گرمیاں آرہی ہیں میری گھبراہٹ میں مزید اضافہ ہوتا جارہا ہے، اگر کسی کے پاس کوئی نسخہ یا ٹوٹکہ ہو تو جلد از جلد ماہنامہ عبقری میں ارسال کریں۔ **(محمد جاوید، ملتان)**

4۔ محترم قارئین السلام علیکم! میں دن بدن گناہوں کی دلدل میں دھنستا چلا جارہا ہوں، میں لاکھ کوشش کرتا ہوں بدنظری نہ کروں لیکن پھر بھی بدنظری کا گناہ کرتا ہوں، بڑی مشکل سے نماز کی پابندی کرتا ہوں مگر پھر بھی کبھی ایک یا دو نمازیں رہ جاتی ہیں، ہروقت استغفار کرتا ہوں، گناہوں سے معافی مانگتا ہوں، میں سچا مسلمان بننا چاہتا ہوں براہ مہربانی کسی قاری کے پاس کوئی ایسا وظیفہ ہو جس سے میرا نفس میرے قابو میں آجائے تو میں ہمیشہ اس کیلئے دعائیں کروں گا۔ **(حافظ مجید، کراچی)**

مناقب صحابہ و اہل بیت

انتخاب: کمی احمد پوری

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ ایک دفعہ ہم حضور نبی اکرم ﷺ کے ساتھ مہاجرین کے ایک گروہ میں ایک گھر میں تھے اور اس گروہ میں حضرت ابوبکرؓ، حضرت عمرؓ، حضرت عثمانؓ، حضرت علیؓ، حضرت طلحہؓ، حضرت زبیرؓ، حضرت عبدالرحمن بن عوف اور حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہم اجمعین بھی تھے تو حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا کہ ہر آدمی اپنے کفو کی طرف کھڑا ہوجائے اور خود حضور نبی اکرم ﷺ حضرت عثمان رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی طرف کھڑے ہوگئے اور انہیں اپنے گلے لگایا اور فرمایا: اے عثمان (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) تو دنیا و آخرت میں میرا دوست ہے۔ **(امام حاکم، امام ابویعلیٰ)**

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ کے ساتھ ایک صحابیہ کے گھر گئے، انہوں نے ہمارے لیے بکری ذبح کی (وہاں) حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: ”(ابھی یہاں) اہل جنت میں سے ایک شخص داخل ہوگا“ پس تھوڑی دیر بعد حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ داخل ہوئے پھر آپ ﷺ نے فرمایا کہ (ابھی) اہل جنت میں سے ایک اور شخص داخل ہوگا پس تھوڑی دیر بعد حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ داخل ہوئے۔ پھر آپ ﷺ نے فرمایا کہ (ابھی) اہل جنت میں سے ایک اور شخص تمہارے پاس آئے گا (آپ نے یہ دعا بھی فرمائی) اے اللہ! اگر تیری رضا ہے تو آنے والا علی (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) ہو، راوی بیان کرتے ہیں کہ پھر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ داخل ہوئے“ (امام احمد، امام حاکم، نیز امام حاکم نے کہا کہ یہ حدیث صحیح الاسناد ہے۔)

حضرت براء بن عازب رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے حسنین کریمین رضوان اللہ علیہم اجمعین کی طرف دیکھ کر فرمایا: اے اللہ! میں ان سے محبت کرتا ہوں تو بھی ان سے محبت کر“ **(امام ترمذی)**

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: جس نے مجھ سے محبت کی، اس پر لازم ہے کہ وہ ان دونوں (حسنین کریمین رضوان اللہ علیہم اجمعین) سے بھی محبت کرے۔“ **(امام نسائی، ابن خزیمہ)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر



اچھا خواب

خواب: دیکھا کہ میری چھوٹی بیٹی (م) میری گود میں ہے۔ اس کی عمر سات سال ہے۔ میں اس کے سر کے بالوں کو ہٹا کر دیکھتی ہوں تو بہت جوئیں نظر آتی ہیں۔ میں بہت سارا تیل اس کے بالوں میں لگا کر کنگھی کرتی ہوں تو بہت سی جوئیں نکلتی ہیں۔ میں مارنے کی بجائے کنگھی دھوتی ہوں اور پھر سر میں کنگھی کرتی ہوں۔ جوئیں نکلتی رہتی ہیں' آخر وقت تک اکا دکا جوئیں نکلتی رہتی ہیں۔ میں پریشان ہوجاتی ہوں پھر آنکھ کھل جاتی ہے۔ (رفعت' ملتان)

تعبیر: خواب اچھا ہے۔ آپ کی بچی کی کسی بیماری سے حفاظت ہوئی ہے۔ آپ کسی اچھے ڈاکٹر سے علاج کروائیں۔ آپ ان کی تربیت پر خاص توجہ دیں۔ اس میں کوتاہی نہ کریں۔ حسب توفیق خیرات کردیں۔

مقصد میں کامیابی

خواب: صلوٰۃ الحاجات پڑھنے کے بعد دعا کے دوران نیند کے غلبے میں نظر آیا کہ میں اپنے گھر اور پڑوس کے درمیان دیوار کے ساتھ مع عامل کے موجود ہوں۔ عامل صاحب مجھ سے (دو مرتبہ) کہتے ہیں کہ تمہاری شادی اسی جگہ ہوگی۔ اس دوران میں سوچ رہا ہوتا ہوں کہ کیسے ہوگی۔ (جاوید' لاہور)

تعبیر: خواب اچھا ہے۔ آپ کا کام بن جائے گا۔ آپ اپنی کوشش جاری رکھیں۔ مقصد میں کامیابی ہوگی۔

مشکلات دور

خواب: میں دیکھتی ہوں کہ ایک اُلو گاؤں والے گھر کی دیوار پر بیٹھا ہے۔ (ہم اب شہر میں رہتے ہیں) وہ مجھے دیکھتا ہے میں اسے اڑا دیتی ہوں۔ اس کے بعد میں ایک ٹوکرے میں ایک چیل اور کبوتر کو پیار کرنے اور کھلانے کے بعد بند کردیتی ہوں۔ تھوڑی دیر بعد میں دیکھتی ہوں کہ کبوتر اڑ جاتا ہے۔ اس کے بعد منظر بدلتا ہے میں اپنی بہن کے ساتھ سکول میں کھڑی ہوں اس کے بعد اس کی دوست اور اس کی گود میں ایک پیارا سا بچہ بھی ہے میں اسے پیار کرتی ہوں۔ پھر ہم سکول کی سیڑھیاں چڑھتے ہیں وہاں کبوتر نے انڈے دیئے ہیں میں نے دیکھا کہ ایک انڈا ٹوٹ گیا ہے اس کے بعد آنکھ کھل جاتی ہے۔ (صائمہ' شیخوپورہ)

تعبیر: خواب تو بہت اچھا ہے۔ آپ کے گھر کی تمام مشکلات دور ہوں گی اور گھر میں خوب خیر و برکت ہوگی۔ آپ تھوڑی احتیاط کریں۔ آپ کے کسی عمل سے نقصان ہوسکتا ہے۔ حسب توفیق صدقہ خیرات کریں تو بہت اچھا ہے۔

خوبصورت پودے

خواب: میں اپنے کمرے سے باہر صحن میں آتی ہوں تو وہاں مجھے کیاریاں نظر آتی ہیں وہاں بہت سے پودے ہیں یا کہ ایک ہی پودا ہے یعنی اس کی شاخیں اوپر جاکر مل رہی ہوتی ہیں۔ میں ان پودوں کو دیکھ کر حیران ہوتی ہوں' وہ پودے یکدم بڑے ہوگئے اور بہت ہی زیادہ خوبصورت اور سرسبز ہیں۔ میں نے اس سے پہلے کبھی اتنے خوبصورت پودے نہیں دیکھے۔ پھر منظر بدلتا ہے ہم کسی شادی کی تقریب میں چھت پر کھڑے نیچے کی طرف دیکھ رہے ہیں ہمارے وہاں کچھ اور لوگ بھی ہیں۔ وہاں میرا کزن اور میری بڑی بہن بھی ہیں۔ کھڑے کھڑے میرے کزن نے میرے ہاتھ مضبوطی سے تھام لیے۔ میں سوچتی ہوں کہ اگر میری بہن نے دیکھ لیا تو کیا ہوگا پھر یہ سوچتی ہوں کہ اگر میری بہن نے دیکھ لیا تو اس کو پتہ چل جائے گا کہ اس کو مجھ سے کتنی محبت ہے۔ پھر اس کی بڑی بہن میرے ساتھ ہنس ہنس کی باتیں کررہی ہیں ہم سب بہت خوش ہیں۔ (صوفیہ' راولپنڈی)

تعبیر: ماشاء اللہ آپ کا خواب آپ دونوں بلکہ دونوں گھرانوں کے حق میں بہت مبارک ثابت ہوگا۔ آپ روزانہ مغرب کی نماز کے بعد ایک بار سورۂ رحمن پڑھ کر اپنے تمام مقاصد کی دعا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ ضرور بہتری ہوگی۔ یہ عمل اکتالیس دن تک کریں۔

بڑی آفت

خواب: دیکھا کہ بہت شدید طوفان یا زلزلہ آیا ہے۔ زمین ہل رہی ہے میں اپنے بچوں کے ساتھ کسی اونچے ٹیلے پر ہوں وہ بھی ہل رہا ہے۔ میرے ساتھ اور بھی لوگ ہیں جو ہواؤں میں تیر رہے ہیں یا وہ کسی اور جگہ سے اڑ کر آئے ہیں اور لوگ کہہ رہے ہیں کہ ہم سب کو آخر کار مٹی میں مل جانا ہے' ہمیں زمین بلا رہی ہے۔ یہ کہتے ہوئے سب دوڑ رہے ہیں اور جونہی وہ آگے بڑھتے ہیں کوئی بڑا سا مٹی کا تودہ ان کو دبا دیتا ہے۔ ان لوگوں میں میرے سسر بھی شامل ہیں وہ کہتے ہیں چلو بھاگو میں نے اپنے بچوں کے ہاتھ مضبوطی سے تھام رکھے ہیں۔ پھر منظر بدلتا ہے لگتا ہے کوئی قیامت تھی جو گزر گئی تمام لوگ بہت بری حالتوں میں نظر آتے ہیں۔ (فائزہ، فیصل آباد)

تعبیر: پریشانی کی کوئی بات نہیں ہے۔ کسی بڑی آفت سے آپ تمام گھروالوں' شہروالوں کی حفاظت ہوئی ہے۔ تمام لوگ کثرت سے توبہ استغفار کریں اور نیک اعمال کا اہتمام کریں۔ فجر کی نماز کے بعد روزانہ ایک بار سورۂ مریم پڑھ کر خیر و برکت کی دعا کریں۔

اچھی جگہ شادی ہوگی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنی بیٹی کے ساتھ شاپنگ پر گئی ہوں اور ایک ریڈی میڈ گارمنٹ کی دکان سے اپنی بیٹی کیلئے کوئی سوٹ خریدنا چاہتی ہوں مگر وہاں سوٹ لٹکے ہوئے ہیں۔ ان میں ایک سرخ رنگ کا مگر پھیکا سادہ' دوسری نیلے رنگ کی بہت گوٹا کناری لگا ہوا اور تیسرا سفید رنگ کا سنہری کام والا۔ تینوں میں سے کوئی بھی مجھے پسند نہیں آئے اور میں اپنی بیٹی سے کہتی ہوں کہ کہیں اور چلتے ہیں اور پھر دکان والے سے پوچھتی ہوں اور سوٹ کب آئیں گے وہ کہتا ہے کہ اب شاید نہ آئیں۔ میں سوچتی ہوں کہ اگر میں نے نہ لیے تو یہ سوٹ کوئی اور نہ خرید لے تو میں وہاں سے ایک سوٹ خریدتی ہوں جو میری بیٹی پر بہت زیادہ خوبصورت لگتا ہے۔ (امبر' سیالکوٹ)

تعبیر: پریشانی کی بات نہیں ہے۔ آپ کی بیٹی کی بہت اچھی جگہ شادی ہوگی اور بہت خوشی کی زندگی گزرے گی۔ رشتوں کے سلسلے میں جلد بازی نہ کریں۔ مغرب کی نماز کے بعد ایک بار سورۂ مریم پڑھ کر خیر و برکت کی دعا کریں۔

حجامہ سنت نبویؐ اور جدید سائنس

بہترین علاج جسے تم کرتے ہو حجامہ لگانا ہے۔ (بخاری 5797) حجامہ لگانا آپ ﷺ کی سنت اور ایک بہترین علاج ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے خود حجامہ لگوایا اور دوسروں کو ترغیب دی۔ امام بخاری رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی صحیح بخاری میں حجامہ پر پانچ مضمون لگائے ہیں۔ رسول کریم ﷺ جب معراج پر تشریف لے گئے تو ملائکہ نے عرض کیا اپنی امت سے کہیں وہ حجامہ کروائیں۔ (ڈاکٹر محمد صادق' سکھر)

محمد فاران ارشد بھٹی، مظفر گڑھ

آخری ہچکی پر آیا مریض صحت یاب۔۔۔مگر کیسے؟

لیکن۔۔۔!!! شاید قدرت مہربانی کرنے پر آ گئی تھی کسی نامور حکم کے متعلق کسی شخص نے اللہ دتہ کے بیٹوں کو بتایا وہ اُسے گھر لے آئے۔ اپنے والد کے علاج کا کہا۔ حکیم صاحب نے مریض کو اچھی طرح چیک کیا اب بھلا مریض کا علاج کیسے کیا جائے

اللہ دتہ کو اچانک تیز بخار ہوا' گھر پر گولیاں وغیرہ کھاتا رہا' اس نے سوچا معمولی بخار ہے' پیراسٹامول' ڈسپرین سے آرام آ جائے گا لیکن بخار نے شدت اختیار کر لی۔ ڈاکٹر کے پاس لے گئے' ڈاکٹر نے ٹیکے لگائے' کھانے کو کیپسول وغیرہ دیئے لیکن بخار میں کمی نہ ہوئی۔ نشتر ہسپتال ملتان لے گئے۔ انہوں نے داخل کر لیا اور علاج شروع کر دیا۔ بخار اُترنے کا نام نہیں لے رہا تھا پھر شاید ڈاکٹروں نے بخار اتارنے کیلئے ہائی پوٹنسی کی دوائیں دیں جس سے بخار تو یکدم اتر گیا جسم ٹھنڈا ٹھار ہو گیا اور مریض تقریباً کوما میں چلا گیا۔ ڈاکٹروں نے سرتوڑ کوشش کی لیکن کچھ بھی فرق نہ پڑا۔ ایک ماہ گزر گیا' اللہ دتہ اسی حالت میں تھا' اُس کے عزیز اقارب عیادت کیلئے جاتے اور مایوسی کا اظہار کرتے۔ اللہ دتہ کے بیٹے نے پرائیویٹ ڈاکٹروں کو دکھایا لیکن افاقہ نہ ہوا۔ آخر نشتر ہسپتال کے ڈاکٹروں نے جواب دے دیا اور کہا آپ اپنے مریض کو گھر لے جائیں۔ مریض کو گھر لے آئے۔ مریض پر بے ہوشی طاری تھی' مٹی بھی اُڑ کر منہ میں نہ گئی' دوست رشتہ دار جاتے' اس کو دیکھ کر آ جاتے لیکن اللہ دتہ کے بیٹے ابھی بھی ڈاکٹروں اور حکیم صاحبان سے علاج کروا رہے تھے لیکن سب مایوس ہو چکے تھے۔ محلے میں جب بھی کسی کی فوتگی کا اعلان ہوتا تو محلے والوں کے کان کھڑے ہو جاتے کہ کہیں اللہ دتہ تو وفات نہیں پا گیا۔

لیکن۔۔۔!!! شاید قدرت مہربانی کرنے پر آ گئی تھی کسی نامور حکیم کے متعلق کسی شخص نے اللہ دتہ کے بیٹوں کو بتایا وہ اُسے گھر لے آئے۔ اپنے والد کے علاج کا کہا۔ حکیم صاحب نے مریض کو اچھی طرح چیک کیا اب بھلا مریض کا علاج کیسے کیا جائے' مریض تو کچھ کھاتا پیتا ہی نہیں ہے سب سے پہلے حکیم صاحب نے ایک تیل دیا اور کہا کہ کمرہ بند کر کے اس کی تر بتر مالش کرو۔ تین دن متواتر مالش کر کے مجھے حقیقت بتانا۔ بیٹوں نے تندہی سے مالش شروع کر دی۔ تیسرے دن انہیں محسوس ہوا کہ ابا کے جسم میں کچھ ہلچل ہوئی ہے۔ حکیم صاحب کو بتایا انہوں نے کہا کہ بکری کے دودھ کی دھاریں مریض کے منہ میں مارو۔

جھٹ بکری کا انتظام کیا گیا اور دھاریں مارنی شروع کر دیں جیسے ہی دودھ ہونٹوں کو لگا مریض نے چوسنا شروع کر دیا۔ دن میں تین بار دھاریں ماری گئیں۔ چوتھے دن پورا منہ کھول کر دودھ پینے لگا۔ آہستہ آہستہ طبیعت سنبھلتی چلی گئی پھر باقاعدہ حکیم صاحب نے دوا شروع کروائی۔ ایک ماہ کے مکمل علاج سے تندرست ہو گیا۔ ویسے ہی دنیا کی گہما گہمی میں مشغول ہو گیا۔ رنڈوا تھا' بیمار ہونے سے پہلے کسی بیوہ سے شادی کی بات چیت چل رہی تھی جونہی صحت یاب ہوا شادی کر لی۔ کافی عرصہ تک زندہ رہا۔ پچھلے رمضان المبارک میں انتقال ہو گیا۔

(بقیہ: 29 بیماریاں اکیلا ٹانک' حیرت ہی حیرت)

استعمال کریں۔ 22۔ وہ لوگ جن کو زیادہ کھانے کا عارضہ لاحق ہوتا ہے' مسلسل کھاتے ہی رہتے ہیں اور ان کا پیٹ بھرتا ہی نہیں انہیں یہ چیز بہت فائدہ دیتی ہے۔ 23۔ وساوس' نفسیاتی بیماریاں' ذہنی ٹینشن' الجھنیں جس کا علاج کر کر کے تھک گئے ہوں ایسے مسائل کا علاج صرف اسی دوا سے کریں۔ 24۔ بچوں کی موروثی بیماریاں اور ایسی موروثی بیماریاں جو خاندانی طور پر چل رہی ہوں جب یہ دوائی استعمال کریں تو اس سے بہت فرق اور فائدہ ہوتا ہے۔ 25۔ پیٹ کا السر' جس کو بھی دیا السر کا مریض وہ پیٹ کا ہو یا آنتوں کا اسے بہت فائدہ ہوا۔ 26۔ پرانا دردسر: پرانا دردسر ایسی چیز ہے جو بہت طاقتور گولیاں کھانے پر مجبور کر دیتا ہے۔ پرانے دردسر میں مبتلا مریض اعتماد سے یہی دوائی استعمال کریں۔ 27۔ جو حاملہ خواتین بچے کی پیدائش سے پہلے یہ دوائی استعمال کریں گی' ان کے درد میں بالکل کمی ہو جاتی ہے حتیٰ کہ پتہ بھی نہیں چلتا اور درد ختم ہو جاتا ہے۔ 28۔ تیز ہارٹ بیٹ یعنی دل کی دھڑکن خود بخود تیز ہو یا تھوڑی سی بات سنتے ہی دل کی دھڑکن بہت زیادہ تیز ہو جائے تو اس کیلئے بہت اعلیٰ درجہ کی دوا ہے۔ 29۔ خواتین کی پرانی سے پرانی لیکوریا رحم کا انفیکشن اور اندرونی ورم اس دوا سے بہت حد تک ختم ہو جاتے ہیں۔

قارئین! یہ وہ تجربات ہیں جس کے ہر تجربے کے ساتھ ایک نہیں بے شمار داستانیں مشاہدات اور انوکھی کہانی ہے۔

میں کون کون سے واقعات بیان کر دوں اور میں کون کون سے تجربات بیان کروں۔ آپ کے سامنے ایک بہترین نچوڑ نکال کر رکھ دیا ہے یہ ایسا مرکب ہے جو جسم کی نشوونما کرتا ہے جسم سے ایسے خطرناک گندے مادے نکال کر باہر پھینکتا ہے۔ جو بے شمار بیماریوں کا ذریعہ بن سکتے تھے۔ یوں یہ دل کے امراض' جگر کے امراض' بڑی آنتوں کے امراض' سانس کی اندرونی سکڑی ہوئی نالیوں کے امراض' ہائی بلڈ پریشر' جوڑوں کا درد' ان سب میں اس کے فوائد مسلمہ ہیں' اعتماد سے استعمال کریں۔ بہت لاجواب چیز ہے اور نہایت انوکھا تجربہ ہے۔

عبقری نے مسائل حل کر دیئے

حکیم صاحب اس رسالہ میں دیئے گئے آپ کے وظائف وغیرہ پڑھ کر میں نے عمل کیا تو مجھے حقیقت میں روحانی سکون ملا

عبقری نے کیا دیا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ماہنامہ عبقری کا 2010ء سے قاری ہوں' اچھا بلکہ بہت اچھا رسالہ ہے۔ دینی' دنیاوی' طبی' صحت اور تندرستی کے تمام لحاظ سے اچھا ہے' لوگوں کے مسائل اور ان کے حل' لوگوں کی بیماریاں اور ان کا علاج' لوگوں کی پریشانیاں اور آسان وظائف۔ ماشاء اللہ حکیم صاحب لوگوں کے مسائل ایسے حل ہوتے دیکھے کہ جیسے کبھی تھے ہی نہیں اور وہ آپ کو بہت دعائیں دیتے ہیں۔ میں بھی دعا کرتا ہوں اللہ رب العزت اور زیادہ نیکی کرنے کی توفیق عطا فرمائے اور عبقری کو دن دگنی چار چگنی ترقی عطا فرمائے۔ (فیصل' شورکوٹ)

عبقری نے مسائل حل کر دیئے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض گزار ہوں کہ میں 6 ماہ سے آپ کا رسالہ ماہنامہ عبقری پڑھ رہا ہوں جس کی بدولت مجھے کافی روحانی سکون اور فیض ملتا ہے۔ حکیم صاحب اس رسالہ میں دیئے گئے آپ کے وظائف وغیرہ پڑھ کر میں نے عمل کیا تو مجھے حقیقت میں روحانی سکون ملا' حالانکہ اس سے پہلے میری زندگی میں بہت پریشانیاں تھیں اور میں ہر وقت پریشان رہتا تھا لیکن سے ماہنامہ عبقری سے دوستی ہوئی ہے اور اس میں موجود وظائف میں کرتا ہوں تو میری بہت سی مشکلیں حل ہو جاتی ہیں۔ میں نے عبقری میں موجود وظائف اور ٹوٹکے بہت سے لوگوں کو بتائے جس سے بہت سوں کی مشکلات اور بیماریاں دور ہوئیں۔ (محمد کاشف شہزاد' ملتان)

عبقری نے موٹاپا کم کر دیا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرا مسئلہ یہ تھا کہ میں دن بدن موٹی ہوتی جا رہی تھی' وزن ساٹھ کلو ہو گیا' پیٹ بھی بہت زیادہ نکل آیا' بازو بھی موٹے ہو گئے' میں نے بہت ٹوٹکے آزمائے لیکن اثر نہیں ہوتا تھا۔ پھر ہمارے گھر میں ماہنامہ عبقری میرے بھائی نے لانا شروع کر دیا' میں نے اس میں موجود ٹوٹکے آزمانے شروع کیے تو میرا وزن نا صرف کنٹرول ہو گیا بلکہ آہستہ آہستہ کم بھی ہونا شروع ہو گیا ہے۔ (پ' ملتان)

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

گرمی کے موسم میں زیتون۔۔۔؟؟؟

ایک قاری نے زیتون کے تیل کے بارے میں لکھا ہے ''جب میں نے اسے پینا شروع کیا تو مجھے سخت تکلیف ہوئی اور میں بیمار ہوگیا'' دوسرا خط م خ کا ہے جو پوچھتی ہیں کہ گرمی کے موسم میں ایک چمچ تیل پینا درست ہے یا نہیں؟ دوسرے ان کے دانتوں میں کیڑا لگا ہے۔ دانت کا کونہ نیلا ہے جو ہنسنے پر برا لگتا ہے۔ اس پر زیتون کیسے لگایا جائے اور یہ نیلاہٹ کتنے دنوں میں دور ہوگی؟

مشورہ: محترم قارئین! اللہ تعالیٰ نے زیتون کی تعریف کلام پاک میں فرمائی ہے بلکہ ایک جگہ زیتون اور انجیر کی قسم بھی کھائی ہے جس کی تعریف خالق نے کی ہو اس کی افادیت سے منکر نہیں ہونا چاہیے۔ زیتون کا تیل کھانے اور لگانے سے ستر بیماریوں سے شفا ہوتی ہے جن میں کوڑھ جیسی موذی بیماری بھی شامل ہے۔ اب مجھے یہ معلوم نہیں' محترم قاری نے زیتون کا تیل کون سا استعمال کیا ہے' تیل کی رنگت سبز یا سنہری ہونی چاہیے۔ اس میں سیاہی کی آمیزش ہو یا سیاہ رنگ کا ہو تو تیل فائدے کی بجائے نقصان دے گا۔ زیتون کا تیل خالص ہونا چاہیے۔ باہر کے ممالک میں اسے کھانا پکانے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس تیل کے بہت سے فائدے ہیں۔ جلدی' عصبی اور عضلاتی عوارض میں اس کا کھانا اور لگانا سود مند ہے۔ دائمی قبض دور ہوتا ہے' پیٹ کے کیڑے ختم ہوتے ہیں۔ پتے کی پتھری والے مریض چکنائی استعمال نہیں کرسکتے لیکن روغن زیتون ایسے مریضوں کو بھی فائدہ بخشتا ہے۔ ایک بار میرے عزیز کے بچے کو پیٹ میں بیٹھی پیچش ہوگئی۔ درد' مروڑ کے ساتھ اجابت ہوتی' کسی دوا سے آرام نہیں آیا۔ میں نے اسے کہا کہ صبح شام ایک ایک چمچہ روغن زیتون اللہ کا نام لے کر پیو۔ ایک ہی دن میں درد ختم ہوا۔ دو چار دن میں پیٹ بالکل درست ہوگیا۔

م، خ صاحبہ! مجھے ایسا لگتا ہے بچپن میں آپ کے دانت پر چوٹ لگی ہے جس کی وجہ سے کونہ نیلا ہے۔ کیڑا ہوتا تو وہ حصہ سیاہ ہوتا۔ زیتون کے پھل اور پتوں کا رس لگانے اور کھانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ دانتوں کے ڈاکٹر کو دکھایئے' وہ ہی بتا سکتا ہے کہ دانت پر چوٹ لگی ہے یا کیڑا ہے؟

کہیں سرطان تو نہیں؟

میں کالج میں پڑھتی ہوں' چند ماہ سے سیدھی طرف چھاتی پر ذرا سا ہاتھ لگنے خصوصاً نہاتے وقت بڑی تکلیف ہوتی ہے۔ لگتا ہے کوئی گلٹی ہے۔ مجھے بڑا ڈر لگ رہا ہے۔ گھر والوں کو بھی ابھی کچھ نہیں بتایا' آپ کو اپنا ہمدرد ساتھی جان کر خط لکھ رہی ہوں۔ یہ سرطان تو نہیں؟ میں بہت خوفزدہ ہوں۔ (ش، راولپنڈی)

مشورہ: بی بی! آپ ماشاء اللہ پڑھی لکھی ہیں' پھر جاہلوں کی طرح اپنی بیماری کیوں چھپا رہی ہیں۔ آپ اپنی والدہ کے ساتھ جا کر کسی ماہر ڈاکٹر سے چیک کروائیں۔ مائیں تو بیٹیوں کی دوست ہوتی ہیں' نامعلوم آج کل یہ کیا معاملہ ہے کہ مائیں ذرا سا وقت اپنی بچیوں کو نہیں دیتیں جس سے بچیاں الجھن کا شکار رہتی ہیں۔ گلٹی کو زیادہ نہ چھیڑیئے' اگر ڈاکٹر کچھ ٹیسٹ بتائے تو ضرور کروائیں۔ سب سے پہلے اپنی امی سے بات کیجئے پھر ڈاکٹر کو دکھایئے۔ خوفزدہ ہونے کی ضرورت نہیں' بیماری تو آتی جاتی رہتی ہے۔ نماز پڑھ کر دعا کیجئے۔ قرآن پاک کی تلاوت پابندی سے کیجئے۔ اللہ تعالیٰ بڑا رحیم ہے۔

جان لیوا حادثہ

میں اوائل عمری میں ہی چچازاد بھائیوں کے شکنجے میں پھنس گئی' وہ تو چلے گئے مگر میں نفس کے ہاتھوں مجبور رہی۔ اب اللہ تعالیٰ سے رو رو کر گناہوں کی معافی مانگتی ہوں' اب دو ماہ سے طبیعت میں ٹھہراؤ ہے جب بھی شیطانی خیالات آتے ہیں فوراً اللہ کے آگے جھک کر پناہ مانگتی ہوں۔ (غ،ش)

مشورہ: بی بی! آپ نماز پابندی سے پڑھیے اور گھیا' توری' پالک' قلفہ اور دہی کا استعمال خوب کیجئے' گوشت کم کھایئے' ایک دو ماہ میں آپ کے جسمانی اور ذہنی عوارض ختم ہوجائیں گے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو استقامت دے اور شیطان سے بچائے۔ گھر میں آپ کی والدہ اور بہنیں ہیں' آپ ان کے ساتھ مل جل کر رہیے۔ آپ کی والدہ' آپ کا دھیان اور چچازاد بھائیوں کی نقل و حرکت پر نظر رکھتیں تو شاید آپ کے ساتھ یہ جان لیوا حادثہ پیش نہ آتا۔ ماؤں سے میں بار بار کہتی ہوں کہ بچیاں بڑی ہوں تو ان کا خاص خیال رکھیں' ان کے ساتھ دوستی کریں اور برا بھلا سمجھائیں۔ ماؤں کی لاپرواہی سے ایسے دلدوز واقعات جنم لیتے ہیں۔

گرمی اور نکسیر

گرمی کے موسم میں نکسیر پھوٹ جاتی ہے۔ خون بہت ضائع ہوتا ہے۔ بہت علاج معالجہ کیا مگر نکسیر ٹھیک نہیں ہوتی۔ اس کیلئے کوئی دیسی دوا تجویز کیجئے۔ (نائلہ' کراچی)

مشورہ: آپ کشتہ سنگ جراحت پانچ گرام اور گیرو ایک گرام لے کر ملا کر رکھ لیں۔ ایک رتی دوا دہی پر ڈال کر روزانہ کھلا دیا کیجئے' نکسیر کا خون بند ہوجائے گا۔ کشتہ سنگ جراحت کسی اچھے مشہور دواخانے سے خریدیئے۔ جن لوگوں کو نکسیر کا عارضہ ہو وہ یہ دوا استعمال کریں۔ غذا میں دہی اور سبزیاں زیادہ کھلائیں' اللہ کرم کرے گا۔ اس دوا سے ماہانہ ایام کا خون بھی بند ہوجاتا ہے۔

پراسٹیٹ کی تکلیف

مجھے پراسٹیٹ (غدہ قدامیہ) کی تکلیف ہے' پیشاب کرتے وقت بہت تکلیف ہوتی ہے۔ (نواز بیگم' پشاور)

مشورہ: پیشاب کے مریض ملٹھی دس گرام پیس کر ایک گلاس پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح چھان کر پی لیں' اس سے مثانے کی تکالیف' دوسرے عوارض حتیٰ کہ سرطان تک میں افاقہ ہوتا ہے۔ پچاس سال کی عمر کے بعد یہ تکالیف ہوتی ہیں۔ ملٹھی تازہ اور بغیر گھن لگی خریدیئے۔

قالین کا نشان

پچھلے دنوں ہم نے گھر میں روغن کروایا' جب صوفے اٹھائے تو صوفے کے نشان قالین پر نمایاں تھے اور قالین دب گیا۔ اسے کس طرح ٹھیک کیا جاسکتا ہے؟ نیا قالین تو ہم خریدنے سے رہے۔ مہربانی فرما کر ہمارا یہ مسئلہ حل کردیں۔ (شائستہ' لاہور)

مشورہ: قالین پر وزن ہونے کی وجہ سے نشان پڑ جاتا ہے جو بہت برا لگتا ہے۔ اسے دور کرنے کیلئے آپ ایک ٹوٹکہ آزما کر دیکھئے۔ جہاں قالین دبا ہوا ہے' اتنا ہی بڑا برف کا ٹکڑا اس پر رکھ دیجئے۔ جب برف پگھل جائے تو پانی خشک ہونے دیجئے۔ جب بالکل سوکھ جائے ویکیوم کلینر سے صاف کرلیجئے' کافی حد تک قالین ٹھیک ہوجائے گا۔

کھیرا کھائیں صحت و تندرستی پائیں

مدثر حسین فضل، راولپنڈی

مصالحے دار اور مرغن کھانے کھا کھا کر معدے میں ہوگئی‘ تیزابیت اور جلن۔۔۔ لیکن پریشان ہونے کی ضرورت نہیں آپ روزانہ کھیرا استعمال کریں۔ ان سے چھٹکارا مل جائے گا۔ کھیرا السر میں بھی فائدہ مند ہے

کھیرے کا شمار کچی کھائی جانے والی سبزیوں میں ہوتا ہے۔ اس کو کھانے میں سلاد کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ اکیلے بھی نمک مرچ لگا کر کھایا جاتا ہے۔ کھیرا ایک غذائیت سے بھرپور سبزی ہے کیونکہ اس کے اندر کم حرارے اور چربی بھی کم مقدار میں ہوتی ہے اس میں حیاتین اور معدنیات بھی پائے جاتے ہیں جو اس کی افادیت میں مزید اضافہ کردیتے ہیں۔

جسم کو رکھے تروتازہ: کھیرے کے اندر 96 فیصد پانی پایا جاتا ہے یہ روزمرہ پانی کا متبادل ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہ جسم کو رکھے تروتازہ اور درجہ حرارت بھی رکھے برقرار اور تو اور جسم سے زہریلے مادوں کو بھی خارج کرنے میں مددگار رہوتا ہے۔

جلد کی حفاظت کیلئے: کھیرے میں حیاتین ا، ب، ج اور معدنیات میگنیشیم‘ پوٹاشیم اور سلیکا پایا جاتا ہے جو جلد کے لیے بہترین ٹانک ہے۔ چہرے کے لیے ماسک بنانے میں بھی اس کا جوس استعمال کیا جاتا ہے۔ ڈھیلی جلد کو مضبوط کرتی ہے۔ کھیرے میں اسکاربک ایسڈ اور کیفیٹک ایسڈ آنکھوں کے گرد سیاہ حلقوں کو دور کرتا ہے۔ دھوپ اور ہوا کی شدت کی وجہ سے جلد پر ہونے والے اثر کو بھی زائل کرتا ہے۔

بلڈ پریشر: جن لوگوں کو ہائی اور لو بلڈ پریشر کا مسئلہ درپیش ہے وہ کھیرے کا جوس استعمال کریں کیونکہ اس میں پوٹاشیم‘ میگنیشیم اور فائبر ہوتا ہے جو بلڈ پریشر کو کنٹرول کرتا ہے۔

دانتوں‘ مسوڑھوں کیلئے: جو لوگ دانتوں اور مسوڑھوں کے مسئلے سے دوچار ہیں‘ جن کے مسوڑھوں سے پیپ آتی ہے۔ وہ کھیرا کھائیں اور اپنے دانتوں کو ان بیماریوں سے آزاد کرائیں۔ **ہاضمے میں مددگار ہے:** مصالحے دار اور مرغن کھانے کھا کھا کر معدے میں ہوگئی‘ تیزابیت اور جلن۔۔۔ لیکن پریشان ہونے کی ضرورت نہیں آپ روزانہ کھیرا استعمال کریں۔ ان سے چھٹکارا مل جائے گا۔ کھیرا السر میں بھی فائدہ مند ہے۔ کھیرا نظام انہضام سے زہریلے مواد کو خارج کرتا ہے جس سے معدے رہے‘ تندرست اور آپ بھی رہیں چست۔ اس کا روزانہ استعمال پرانی قبض کو بھی دور کرتا ہے۔ **جوڑ بنائے صحت مند:** کھیرے کے اندر سلیکا پایا جاتا ہے جو کہ جوڑوں کو بناتا ہے صحت منداور تندرست۔ **کینسر سے جنگ:** کھیرے کے اندر لیریسینول‘ پنوریسینول اور تین لگنز پائے جاتے ہیں جو چھاتی کا کینسر‘ پراسٹیٹ کینسر‘ یوٹیرین اور بیضہ دانی کینسر کیلئے بھی بہت مفید ہے۔ **گنٹھیا سے نجات:** کھیرے کے اندر تمام حیاتین‘ فولیٹ‘ کیلشیم اور میگنشیم پایا جاتا ہے اگر کھیرے کے جوس کے ساتھ گاجر کا جوس ملا دیا جائے تو پھر تو سونے پر سہاگہ ہوجائے گا نہ صرف یہ گنٹھیا اور ارتھرائٹس سے دے نجات بلکہ یورک ایسڈ کے لیول کو بھی کم کرتا ہے۔ **شوگر کے مریضوں کیلئے تحفہ:** کھیرے کے اندر ایک ہارمون پایا جاتا ہے جو لبلبہ کے خلیوں کیلئے مددگار ہوتا ہے جس سے انسولین بنتی ہے اس طرح یہ شوگر کے مریضوں کیلئے قدرت کا انمول تحفہ ہے۔ **کولیسٹرول لیول کم:** کھیرے کے اندر سٹیرول بھی پایا جاتا ہے جو کہ کولیسٹرول کے لیول کو کم کرتا ہے۔ **کھیرا پسینہ آور ہے:** نظام اخراج کے ذریعے یہ فاضل مادوں کو خارج کرتا ہے اور پسینہ آور ہے نہ صرف فاضل مادوں کو کرے خارج بلکہ گردے اور مثانے کی پتھری کو بھی کرے زائل۔ **کھیرا کھائیں وزن گھٹائیں:** کھیرے کے اندر کم حرارے پائے جاتے ہیں اور پانی کی مقدار زیادہ ہوتی ہے جس کی وجہ سے یہ وزن گھٹانے کیلئے بہترین سبزی ہے۔ کھیرا خریدتے وقت خیال رکھیں کہ یہ ہرا ہو اور تھوڑا سا سخت ہو۔ کھیرا قدرت کا انمول تحفہ ہے‘ نایاب شاہکار ہے۔ کھیرے کو اپنائیں اور اپنے آپ کو صحت مند بنائیں۔

نام ابدالوں میں لکھوانے کا وظیفہ خاص

حضرت معروف کرخی رحمۃ اللہ علیہ سے مرفوعاً مروی ہے کہ جو روزانہ دس بار یہ وظیفہ اَللّٰھُمَّ اَصْلِحْ اُمَّةَ مُحَمَّدٍ اَللّٰھُمَّ فَرِّجْ عَنْ اُمَّةِ مُحَمَّدٍ اَللّٰھُمَّ ارْحَمْ اُمَّةَ مُحَمَّدٍ (ترجمہ: اے اللہ محمد ﷺ کی امت کی اصلاح فرما‘ اے اللہ محمد ﷺ کی امت کی تکلیفیں دور فرما‘ اے اللہ محمد ﷺ کی امت پر رحم فرما) پڑھے اس کا نام ابدالوں میں لکھ دیا جاتا ہے۔ (شرح المواھب اللدنیۃ للزرقانی جلد 5 ص 400) (برکت علی‘ فیصل آباد)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں‘ قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

کشف المحجوب ان گنی چنی کتابوں میں سے ہے جن کتابوں میں ایک پیمانہ بنایا گیا ہے کہ تصوف کس چیز کا نام ہے اور کس کا نام نہیں۔ رقص‘ سروز ے و مستی‘ مزاج کی بے خودی‘ دھمال‘ پی کے گم ہوجانا یا ڈانس‘ اس کا نام تصوف اور صوفی ازم نہیں ہے اور ہرگز نہیں ہے۔ تعلیمات قرآنی اور اخلاق نبوی ﷺ کا حقیقی عکس صوفیاء کرام کی زندگی کا اوڑھنا بچھونا ہے۔ ہماری زندگی میں جو صوفیائے کرام کا نقشہ سامنے آئے گا وہ صرف ایک چیز میں سامنے آئے گا اور وہ ہے اتباع شریعت‘ اتباع طبیعت نہیں۔۔۔ مطلب یہ ہے کہ مزاج اور طبیعت کے مطابق ایک چیز میں نفع نظر آیا اس کو شریعت بنالیا‘ اس کو آخرت کی کامیابی کا مدار بنالیا‘ یہ بہت بڑا دھوکہ اور گمراہی کی راہ ہے‘ تصوف کملی والے ﷺ کی دل و جان سے سچی غلامی کا نام ہے۔ ایک اور نکتہ آپ کو بتاتا ہوں کہ عشق عمل کا نام ہوتا ہے‘ عشق الفاظ کا نام نہیں ہوتا‘ حروف کا نام نہیں‘ اسی تصوف کا ایک مقام تسلیم و رضا ہے‘ اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر آپ کو اللہ کریم نے دنیا کے اعتبار سے حسن و جمال کے اعتبار سے‘ عہدے اور شہرت کے اعتبار سے‘ چھوٹا بنایا ہے تو میں ان تمام حالتوں میں بھی تجھ سے ایسا راضی ہوں جیسا کہ تو مجھ سے چاہتا ہے۔۔۔ اہل اللہ محدثین نے لکھا ہے جو اللہ کی تقسیم پر راضی نہیں‘ وہ اللہ پر بھی راضی نہیں اور جو اللہ پر راضی نہیں اس کی زندگی میں کبھی سکھ نہیں آسکتا۔ اللہ کی نعمتوں کا شکر ادا کرنے کیلئے یہ مسنون دعا صبح و شام ضرور پڑھا کریں۔ سُبْحَانَ اللہِ وَبِحَمْدِہٖ عَدَدَ خَلْقِہٖ وَرِضَا نَفْسِہٖ وَزِنَۃَ عَرْشِہٖ وَمِدَادَ کَلِمَاتِہٖ

حضور ﷺ نے احادیث مبارکہ میں شکر کی طرف بہت اہمیت دلائی ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا جس شخص کو شکر کی توفیق ہوگئی وہ کبھی نعمتوں میں برکت اور زیادتی سے محروم نہ رہے گا۔ حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ کا قول ہے خدا بندوں کو نعمتوں سے نوازتا رہتا ہے۔ جب بندہ ناشکری کرتا ہے تو اسے نعمت کی بجائے عذاب سے نوازدیتا ہے۔



قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ لوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں! اپنے معمولی سے تجربے کا بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

اسلامی تاریخ

(بنت مہدی حسن)

حضرت آدم علیہ السلام کی عمر مبارک تقریباً ایک ہزار سال تھی اور 20 بیٹے تھے' ایک بیٹا اور ایک بیٹی پیدا ہوتے تھے' صرف حضرت شیث علیہ السلام سب سے بڑے بیٹے اکیلے پیدا ہوئے۔ ان کیلئے جنت سے حور آئی اور ان کی بیوی بنی۔ وقت رحلت حضرت آدم علیہ السلام نے حضرت شیث علیہ السلام کو اپنا خلیفہ مقرر فرمایا۔ ایک بیٹا نوش تھا' باپ کے دین کو سربلند کیا' ایک بیٹا قلتستان تھا ایک بیٹا ابرو تھا۔ ایک بیٹا اوس تھا' ایک بیٹا مہلائل تھا جو خوبصورتی میں اپنی مثال آپ تھا' مشرق و مغرب سے لوگ دیکھنے آتے اور تحفے بھی لاتے۔ لوگ زیارت کرکے واپس لوٹ جاتے' ابلیس نے مشورہ دیا کہ مہلائل کی صورت بنا کر برقعہ چہرے پر ڈال دو' یہاں سے بت پرستی کی بنیاد پڑی۔ حضرت ادریس علیہ السلام کا نام اختوخ تھا' لوگوں کو زیادہ درس (دعوت دین) دینے کی وجہ سے ادریس (درس دینے والا) کے نام سے مشہور ہوئے' علم نجوم ان کے معجزات ہیں۔ حضرت نوح علیہ السلام کو باپ ثانی بھی کہتے ہیں' اپنی قوم کی حالت پر گریہ و زاری کرنے (نوحہ) کرتے رہتے اس لیے نوح (رونے والا) مشہور ہوگیا۔

سلسلہ انبیاء اکرام علیہ الصلوٰۃ والسلام

حضرت ابراہیم علیہ السلام کے والد (آذر) بت تراش تھے اور حضرت ابراہیم خلیل اللہ تھے۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام کے دو بیٹے حضرت اسماعیل اور حضرت اسحاق علیہم السلام تھے۔ حضرت اسحاق علیہ السلام کے دو بیٹے بڑا ایشوع اور چھوٹے حضرت یعقوب علیہ السلام تھے۔ نبوت حضرت یعقوب علیہ السلام کو ملی حضرت یعقوب علیہ السلام کا دوسرا نام اسرائیل تھا۔ حضرت یعقوب علیہ السلام کے بارہ بیٹے ہوئے۔ نبوت حضرت یوسف علیہ السلام کو ملی پھر حضرت یوسف علیہ السلام کے بیٹوں کی تعداد نہیں ملتی البتہ دین چار دانگ عالم پھیلا۔ حضرت سلیمان علیہ السلام کے بیٹے حضرت داؤد علیہ السلام تھے' حضرت اسماعیل علیہ السلام کی نسل میں سے صرف آنحضور صلی اللہ علیہ وسلم خاتم المرسلین صلی اللہ علیہ وسلم بن کر آئے۔ باپ حضرت ابراہیم علیہ السلام اور بیٹے حضرت اسماعیل علیہ السلام کی دعا خانہ کعبہ کی دیواریں تعمیر کرتے ہوئے کی جو ہزاروں سال کے بعد (کتنی خوبصورت) قبول ہوئی۔ سبحان اللہ۔ بنو ہاشم سے بنو قریش کا یہی جھگڑا تھا کہ آج تک تو نبوت ہمارے قبیلے میں آئی' آج نبی آخر الزمان صلی اللہ علیہ وسلم بنو ہاشم میں کیونکر آیا۔ سعودی عرب کے شہر جدہ میں اماں حوا کا روضہ ہے اور حضرت آدم علیہ السلام کا روضہ سری لنکا کے پہاڑ پر ہے اور پہاڑ پر حضرت آدم علیہ السلام کے قدم مبارک کا نشان دو فٹ چوڑا اور چار فٹ لمبا موجود ہے۔ حضرت سلیمان علیہ السلام نے بیت المقدس تیار کروایا تھا۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام مصر سے ہجرت کرکے مدین تشریف لے گئے اور پھر دوبارہ مصر میں آکر دین حق کی تبلیغ کی اور مدین میں حضرت شیث علیہ السلام کی بیٹی صفورا سے شادی ہوئی۔ **واقعہ معراج:** آنحضور صلی اللہ علیہ وسلم کی عمر مبارک 50 سال 4 ماہ اور 19 دن تھی' اتوار کی رات (یعنی صبح پیر تھی) 27 رجب دو سال قبل از ہجرت بمطابق 8 مارچ 620ء مسجد اقصیٰ سے تشریف لے گئے آج بھی باب محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے نام سے وہاں وہ جگہ مشہور ہے۔ حضرت آدم علیہ السلام کی پیدائش آسمان پر ہوئی اور بنی نوع انسان کو اشرف المخلوقات بنا کر حضرت آدم علیہ السلام کو اپنا نائب بنا کر آسمان سے زمین پر اتارا گیا جبکہ حضرت محمد مجتبیٰ صلی اللہ علیہ وسلم کی پیدائش تو زمین پر ہوئی اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو سیر آسمانوں کی تجلیات کی کروائی گئی۔ سورۂ نجم کی آیت نمبر 18 میں واقعہ معراج کا ذکر موجود ہے۔

دل کا مرض اور عجوہ کھجور

(ارشاد احمد' پشاور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ایک آپ بیتی ارسال خدمت کررہا ہوں' ہوسکتا ہے کسی دوسرے بہن بھائی کو بھی فائدہ ہوجائے۔ 2005ء کے اوائل میں مجھے انجائنا درد کی شکایت ہوئی تھی (یعنی دل کا درد)۔ دو تین ماہ علاج ہوتا رہا' اسی اثناء میں حج سے لوگوں کی واپسی کے دن تھے تو ایک دوست کو حج کی مبارکباد دینے کیلئے گیا' وہاں پر دل کے درد کی بات چلی تو اس نے بتایا کہ سعودی عرب میں عجوہ نامی کھجور جو کہ حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے باغ کی ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی دعا کے طفیل اللہ تعالیٰ نے اُس کھجور میں دل کے امراض میں شفاء رکھی ہے۔ وہ کھجور میں ساتھ لایا ہوں' اس کے سات دانے اس یقین کے ساتھ کھائیں کہ اللہ تعالیٰ شفاء دے گا۔ قصہ مختصر کہ اُس دوست نے مجھے وہ عجوہ کھجور بھجوائیں تو کھانے کے بعد اللہ تعالیٰ نے مجھے شفاء دے دی اور میں نے ادویات کھانی چھوڑ دیں۔

مئی 2010ء میں میں نے کسی ضروری کام سے اتوار کے دن سفر پر جانا تھا کہ اچانک بروز جمعہ 7 مئی 2010ء کو مجھے دل کا درد شروع ہوگیا' یعنی پانچ سال بعد دوبارہ مسئلہ بن گیا' بہت پریشان ہوگیا کیونکہ ان دنوں مالی حالت بھی بہت کمزور تھی' چھ ماہ سے کوئی کام کاج نہیں تھا' ایک سول انجینئر کی حیثیت سے کام ملازمت نہیں مل رہی تھی۔ موجودہ حالات کے تناظر میں لوگ آئے دن بیروزگار ہورہے ہیں۔ چلتے پراجیکٹ بند ہورہے ہیں۔ بہرحال میں نے سوچا کہ اگر میں ہسپتال گیا تو انہوں نے تو مجھے داخل کرلینا ہے جیب میں ایک سو روپیہ بھی نہیں ہے۔ گھر میں بھی کوئی خاص بندوبست نہیں ہے گھر میں بتاؤں تو مزید پریشانی بڑھے گی۔ یہ باتیں سوچ کر خاموش ہوگیا اور جان پر تکلیف سہنے لگا۔

اچانک مجھے یاد آیا کہ پچھلے دنوں گھر میں کچھ عجوہ کھجور کی بات ہورہی تھی' کوئی مہربان ملنے والا آیا تھا' بیٹی سے معلومات کرنے پر پتہ چلا کہ کچھ دانے ہیں' میں نے بیٹی سے کہا کہ وہ لاؤ' بیٹی کو شک ہوا لیکن میں نے بات ظاہر نہیں کی۔ عجوہ کے کل بارہ دانے تھے' میں نے بسم اللہ کرکے سات عدد کھالیے اور سورۂ فاتحہ 41 مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کرکے پی لیا' اس کے بعد اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہوا۔ دعا کی کہ اے اللہ تعالیٰ میرے پاس تو اس وقت ایک سو روپیہ بھی نہیں ہے اور یہ بیماری تو ہزاروں بلکہ لاکھوں کی ہے۔ میں نے عجوہ کھجور جس میں تو نے اپنے بندوں کیلئے اپنے پیارے حبیب صلی اللہ علیہ وسلم کی دعا سے' اس میں شفاء ڈال دی ہے' میں نے یہ کھجور ایک دوائی کے طور پر کھائی ہے اور دعا کے طور پر جو تو نے اپنے بندوں

کیلئے سورۂ فاتحہ نازل کی ہوئی ہے جوکہ سورۂ شفاء بھی ہے میں نے پڑھ لی ہے۔اب تیری مرضی کہ تو مجھے شفاء دیتا ہے کہ موت دیتا ہے۔ اگر موت دے دی تو ہوسکتا ہے کہ میرے مرنے کے بعد میرے بچوں کو کفن دفن کیلئے پریشانی اٹھانی پڑے تو اب تو جس طرح راضی ہے میں بھی راضی ہوں اور ساتھ ہی دل میں یہ عہد بھی کرلیا کہ جس سفر پر میں نے اتوار کو جانا ہے انشاء اللہ وہاں بھی ضرور جاؤں گا چاہے مجھے راستے میں ہی موت آجائے تو جناب وہ جمعہ کا دن گزرا اور رات بھی گزر گئی۔

صبح بروز ہفتہ میری طبیعت پہلے سے کچھ بہتر تھی تو میں نے اگلے دن جانے کیلئے تیاری کرلی تو ہفتہ کا دن بھی خیرخیریت سے گزر گیا اور رات بھی گزر گئی۔ صبح جب نماز کیلئے اٹھا تو ایسے تھے جیسے مجھے کوئی تکلیف ہی نہیں تھی تو اس طرح ہم لوگ صبح ناشتہ کے بعد سفر پر روانہ ہوگئے اور بالکل ٹھیک واپسی بھی ہوگئی۔ دوران سفر بھی میں نے سورۂ فاتحہ کا ورد جاری رکھا اور اس کے یہ دعا ہر نماز کے بعد سات مرتبہ دل پر دایاں ہاتھ رکھ کر دم کرتا ہوں **یَاقَوِیُّ الْقَادِرُ الْمُقْتَدِرُ قَوِّنِیْ وَقَلْبِیْ**۔اب الحمدللہ کوئی دوائی استعمال نہیں کرتا' ماشاء اللہ ٹھیک ہوں' کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ بیماری دینے والا بھی وہی اللہ ہے اور شفاء دینے والا بھی وہی ہے' بس یقین کامل کی ضرورت ہے۔ جب صحابہ کرام رضوان اللہ تعالیٰ علیہم اجمعین کا جوتا پھٹ جاتا تھا تو وہ اس کے لیے بھی اللہ تعالیٰ سے دعا کرتے تھے تو ان سے وہ ضرورت بھی پوری ہوجایا کرتی تھی تو جو ان کا رب ہے ہمارا بھی رب ہے۔

میرے آزمائے مجرب نسخہ جات

(حکیم سعید احمد' بہاولپور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں پیشے کے لحاظ سے ایک حکیم ہوں اور میری حکمت کی دکان ہے۔ میرے چند آزمائے نسخہ جات قارئین کیلئے پیش خدمت ہے۔امید ہے میرے ان نسخہ جات کو لوگ فلاح و بہبود کیلئے استعمال کریں اور ان کو اپنی کمائی کا ذریعہ نہیں بنائیں گے۔

نسخہ برائے دانتوں کا منجن

ھوالشافی: چاک سفید 6 گرام' سقمونیہ 6 گرام' میٹھا سوڈا 6 گرام' بابڑنگ 40 گرام' سہاگہ سفید بریاں 40 گرام' پھٹکڑی سفید بریاں 40 گرام' لونگ 40 گرام' دارچینی 40 گرام' عقرقرحا 40 گرام' الائچی خورد 10 گرام' زیرہ سیاہ 10 گرام' سنگجراحت 6 گرام' مردہ سنگ 6 گرام' نیلا تھوتھا بریاں 10 گرام' مصطگی رومی 2 گرام' سمندر جھاگ 6 گرام' سندھ 6 گرام' مازو 6 گرام' سپاری کاٹھی 6 گرام' سرد چینی 6 گرام' کالی مرچ 6 گرام' منگھاں 6 گرام' کافور 6 گرام' زنگار مس 6 گرام' نمک بھونا ہوا 6 گرام' مرکی 6 گرام۔**ترکیب:** ان سب چیزوں کا سفوف تیار کرلیں۔ صبح وشام انگلی سے دانتوں اور مسوڑھوں پر لگائیں۔ چند منٹ کے بعد کلی کریں۔ انشاء اللہ ماخورہ' گرم سرد' کیڑا وغیرہ' دانتوں کے درد کیلئے مجرب ہے۔ یہ نسخہ ہماری دکان کی شان ہے۔اس نسخہ کو جو آدمی بھی لے گیا وہ دوبارہ آکر اپنے عزیز رشتہ داروں کیلئے بھی لے کر گیا ہے۔میرے مطب کا بہترین نسخہ ہے۔

بواسیر خونی وبادی

ھوالشافی: موچرس 30 گرام' تخم گندنا 50 گرام' رسونت انڈیا 100 گرام' سنگجراحت 15 گرام' مازو سبز 15 گرام' گیرو 100 گرام' کہربا شمعی 30 گرام' پوست ہڑیڑ سبز 100 گرام' گوگل 100 گرام' مصبر سیاہ 30 گرام' تخم بکائن 50 گرام' تخم نیم 50 گرام' دم الاخوائن 30 گرام' تخم بارتنگ 30 گرام۔

ترکیب: تمام چیزوں کا سفوف تیار کرکے مولی کے پانی کی مدد سے گولیاں بنائیں۔ 2 گولی' صبح 2 دوپہر' 2 شام تازہ پانی کے ساتھ استعمال کروائیں۔ اگر خون آتا ہو تو شربت انجبار سے گولیاں استعمال کروائیں۔ یہ نسخہ بھی ہماری دکان کا پرانا چلا آرہا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے سینکڑوں آدمیوں کو اس دوائی کی وجہ سے ٹھیک کیا۔ ان گولیوں کا کورس دو ماہ کا ہے' انشاء اللہ شفاء کاملہ ملے گی۔

عبقری سے فیض

(حافظ عبدالرحمن اچکزئی' ڈیرہ اسماعیل خان)

کچھ عرصہ قبل احقر کی ضعیف العمر والدہ محترمہ کو ایک تکلیف لاحق ہوگئی تھی' شدید پریشانی رہتی تھی' ایک طرف الرجی خارش کی تکلیف پھر پھوڑے پھنسیاں بھی ہاتھوں پر نکل آئی تھیں۔ جوں ہی ایک پھنسی ختم ہوتی تو ساتھ ہی دوسری جگہ پر پانی سے بھرا ہوا پھوڑا نکل آتا' کچھ سمجھ نہیں آرہا تھا۔ ایک طرف ضعیف العمری دوسری طرف گھٹنوں کی تکلیف ۔اس حالت کے اندر الحمدللہ نماز روزہ کی پابند رہی ہیں۔ روزہ کیلئے تو ہم نے بھی کہ اس تکلیف کے اندر کچھ دن روزہ مؤخر کردیں' وہ پہلے تو نہیں مانتی تھی تکلیف جب حد سے بڑھ گئی تو دو تین دن کیلئے بات مان لی گئی جس کسی نے بھی جہاں پر بھی بتایا گئے وہاں گئے ہر کسی سے دم وغیرہ بھی کروایا' تعویذ بھی منگوائے جو کوئی جو ٹوٹکہ بتاتا وہ بھی کرتے رہے لیکن مرض ختم ہونے کا نام نہیں لیتا تھا۔ ہر قسم کے انجکشن' ماہرین جلد' کرائتہ چرائتہ کی بوتلیں تیار کرکے بھی استعمال کروائیں اسی طرح چھ ماہ کا عرصہ گزر گیا۔ بالآخر ایک رات یہ خیال آیا کہ ماہنامہ عبقری کیوں نہ دیکھ لوں۔۔۔شاید اس میں کوئی ایسی چیز مل جائے جو شفاء یابی کا ذریعہ ثابت ہو تو اللہ تعالیٰ کا کرم دیکھئے کہ اکتوبر 2008ء کا پرچہ اٹھایا اور ورق گردانی کرتے ہوئے ایک جگہ دیکھا کہ" ہر مرض کیلئے مجرب درود پاک'' تو سیدھا محترمہ والدہ صاحبہ کے پاس آیا اور کہا کہ بس آپ پورے یقین اور پابندی کے ساتھ یہی درود مبارک پڑھنا شروع کریں اور بندہ کل کسی سے خالص آب زم زم منگوانے کی کوشش کرے گا' کچھ تھوڑا تھوڑا ادھر اُدھر کہیں سے مل جائے گا تو آپ متاثرہ جگہ پر خالص آب زم زم ملنے کی کوشش کریں اور یہ درود مبارک جو عبقری میں لکھا ہے' پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں۔ بندہ خود بھی الحمدللہ پانچ وقت کا نمازی ہے' بندہ نے بھی درود شریف پڑھ پڑھ کر متاثرہ جگہ پر دم کیا۔ الحمدللہ چند روز کے اندر اندر ساری تکلیف مکمل طور پر ختم ہوچکی تھی۔ یاد رہے کہ جس رات درود مبارکہ والدہ صاحبہ کے ساتھ پڑھنا شروع کیا تو اسی رات خواب کے اندر آدھی رات کو یہ آیت مبارکہ" **وَنُوْدُوْا اَنْ تِلْكُمُ الْجَنَّةُ اُوْرِثْتُمُوْهَا بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُوْنَ** (الاعراف 43) کی تلاوت جاری تھی جب آنکھ کھلی تو" **وَنُوْدُوْا اَنْ تِلْكُمُ الْجَنَّةُ** ''(حالانکہ رات کو یہ کوئی منزل نہیں پڑھی تھی) کے الفاظ پڑھ رہا تھا۔ بطور تبرک آیت مبارکہ کا ترجمہ بھی لکھ دوں' ترجمہ: اور آواز آئیگی کہ یہ جنت ہے وارث ہوئے تم اس کے بدلے میں اپنے اعمال کے" بہرحال اب سال پورا ہوچکا ہے' الحمدللہ دوبارہ وہی تکلیف پیدا نہیں ہوئی۔

مختصراً یہ والدہ صاحبہ اب خود اکثر اوقات بعد نماز پنجگانہ کے پڑھتی رہتی ہیں۔ انہی دنوں یہی درود پاک لکھ کر ایک درجن سے زائد کاپیاں فوٹوسٹیٹ کرا کے عزیز و اقارب اور پڑوس میں تقسیم کرا چکا ہوں۔ اللہ تعالیٰ قبولیت سے نوازے۔ درود شریف درج ذیل ہے:۔ **اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰی رُوْحِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَلْبِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُلُوْبِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَبْرِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُبُوْرِ** ○ (بحوالہ: عبقری اکتوبر 2008ء ص 37)

ایک جَو سے ڈھیروں بیماریوں کا علاج

شیخ ضیغم، راولپنڈی

جو کے استعمال سے صالح معتدل اور کم گاڑھا خون پیدا ہوتا ہے۔ ویدک طب میں اسے بھاری پن ختم کرنے والا چہرہ نکھارنے والا' پیٹ کم کرنے والا' بھوک بڑھانے والا' گیس ہوا خارج کرنے والا' ہاتھ پاؤں کی جلن ختم کرنے والا اور چڑچڑا پن ختم کرنے والا قرار دیا گیا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! چند برسوں سے ہمارے گھر میں آپ کا ذی قدر عبقری باقاعدگی سے آتا ہے اور بڑے ذوق شوق سے پڑھا جاتا ہے' اس کے ساتھ ساتھ ہم نے جمعرات کا آپ کا درس بھی سننا شروع کر دیا ہے اور ہم مفید باتیں دوسروں تک پہنچاتے رہتے ہیں۔ آج کل میں بھی ریٹائرمنٹ کے بعد فارغ ہوا تو سوچا کہ خدمت خلق کا کوئی کام کیا جائے کیونکہ ساری عمر لکھائی پڑھائی میں گزری تو اس کام کو آسان سمجھا۔ اسی سوچ کو لے کر "جو" کے متعلق مختصر سا مضمون ارسال خدمت کر رہا ہوں۔

جو طبی خواص کے لحاظ سے خون کے جوش اور ہائی بلڈ پریشر کو کم کرتا ہے' اندرونی اعضاء کو مفید ہے' خاص طور پر جگر گردے اور مثانے کی گرمی کو ختم کرنے کے علاوہ ان کے جملہ افعال کو درست کرتا ہے اس طرح سے یرقان اور ہیپاٹائٹس میں بھی مفید ہے۔ ہمارے ایک دوست کی بیٹی صرف آب جو کے استعمال سے ہیپاٹائٹس جیسی سخت بیماری سے صحت یاب ہوئی' بعد میں ان کی شادی ہوگئی اور وہ صحت مند بچوں کی ماں بھی بن چکی ہیں۔ مشہور اسلامی طبیب بوعلی سینا نے لکھا ہے کہ جو کے استعمال سے صالح معتدل اور کم گاڑھا خون پیدا ہوتا ہے۔ ویدک طب میں اسے بھاری پن ختم کرنے والا چہرہ نکھارنے والا' پیٹ کم کرنے والا' بھوک بڑھانے والا' گیس ہوا خارج کرنے والا' ہاتھ پاؤں کی جلن ختم کرنے والا اور چڑچڑاپن ختم کرنے والا قرار دیا گیا ہے۔

ہمارے پیغمبر اسلام حضور نبی اکرم ﷺ کو جو بہت پسند تھے اور کتب احادیث میں اس کا استعمال بطور ستو' دلیہ یا تلبینہ اور روٹی کے ملتا ہے۔ اس طرح توریت' زبور اور انجیل میں اس کا ذکر کئی بار آیا ہے جس سے اس کی اہمیت واضح ہوتی ہے۔

دلیہ: جو کا دلیہ بند ڈبوں اور آٹے کی چکیوں پر دستیاب ہے۔ اس کی تیاری کا طریقہ یہ ہے کہ چھ بڑے چمچ دلیہ دو تین بار دھو کر تین گلاس میں ایک بار ابال کو ہلکی آنچ پر گلنے دیں پھر دودھ چینی یا نمک شامل کریں۔ ایک آسان طریقہ یہ ہے کہ ایک بار ابال کر چولہا بند کر کے رات بھر کیلئے ڈھانپ کر چھوڑ دیں۔ صبح ابال کر گلا لیں' البتہ آقا علیہ الصلوٰۃ والسلام کے زمانے میں اس دلیہ کو دودھ میں پکانے کے بعد شہد شامل کیا جاتا تھا۔ اسے تلبینہ کہتے تھے۔ فرمان عالی ﷺ تھا کہ یہ دل کے جملہ عوارض اور غم کو اتار دیتا ہے۔ نیز فرمایا کہ یہ عام کمزوری کو دور کرتا ہے اور پیٹ کی غلاظت کو یوں صاف کرتا ہے جیسے چہرہ دھو کر غلاظت اتاری جاتی ہے۔

جو کی روٹی: قدیم زمانے میں عرب جو کی روٹی یا پھر جو میں گندم شامل کر کے روٹی کھاتے تھے کیونکہ ان کا خیال تھا کہ خالص گندم کی روٹی سستی پیدا کرتی ہے۔ البتہ جو کی روٹی قابض اور غذائیت میں کم ہے۔

جو کے مشروبات: موجودہ زمانے میں جو سے مختلف مشروبات تیار کیے جاتے ہیں جن میں آب جو مالٹ شامل ہیں۔ آب جو بنانے کیلئے جو کے دلیہ کو صاف کر کے دھو کر ایک سو گرام میں ایک کلو پانی ڈال کر ایک بار اُبال کر آگ ہلکی کر دیں اور پھر مزید آدھ گھنٹہ ایسے ہی پکنے دیں۔ پھر چولہا بند کر کے ڈھانپ کر رات بھر کیلئے چھوڑ دیں۔ صبح تک یہ پانی ہلکا گلابی ہو جائے گا' پھر موٹی چھلنی میں چھان لیں۔ باقی ماندہ دلیہ میں ایک گلاس پانی شامل کر کے ایک دو بار ابال کر چھان لیں۔ اس طرح آب جو تیار ہو گیا' جسے ٹھنڈی یا گرم حالت میں استعمال کیا جا سکتا ہے یا پھر نمک دودھ' چینی' لیموں شامل کیے جا سکتے ہیں۔ زائد مقدار فریج میں محفوظ کر کے تین چار دن میں استعمال کریں۔ یہ مشروب انتہائی زود ہضم ہے' جسم میں پانی کی کمی اور کمزوری کو دور کرتا ہے۔ خاص طور سے اس وقت مفید ہے جو کوئی غذا ہضم نہ ہو رہی ہو' یہ جگر گردوں کے افعال کو درست رکھتا ہے' افطاری میں استعمال سے دن بھر کی انرجی جلد بحال ہو جاتی ہے۔ جلد کی چمک اور چہرے کی سرخی بحال کرتا ہے۔ چہرہ کی جلد تر و تازہ رکھنے کیلئے آب جو سے چہرہ اچھی طرح تر کر کے خشک ہونے دیں پھر تر کریں۔ یہ عمل بیس منٹ جاری رکھیں پھر تازہ پانی سے دھو کر خشک کر لیں۔ یہ زنک فاسفورس' کیلشیم وٹامن بی کمپلیکس سے بھرپور اور کینسر کے خلاف مدافعت پیدا کرتا ہے' الغرض یہ دوا اور غذا کی دونوں خوبیوں سے بھرپور ہے۔ احادیث مبارکہ کے مطابق ان کی قلیل تعداد بھی حرام ہے جو جگر گردوں اور دماغ کو خراب کرنے کی اہلیت رکھتی ہے۔

ایجنسی ہولڈرز کو حکیم صاحب کی خصوصی دعوت

3،4 اپریل 2014ء بروز جمعرات ، جمعہ کو پورے ملک میں رسالے اور ادویات کے تمام ایجنسی ہولڈرز کو حکیم صاحب کی طرف سے خصوصی کھانا' ملاقات' گفتگو اور قیام کا اہتمام ہے۔ صرف اور صرف ایجنسی ہولڈرز ہی تشریف لائیں ان کے علاوہ دیگر حضرات کو اجازت بالکل بھی نہیں۔ دو نشستیں ہوں گی' پہلی نشست جمعرات کے دن عصر کے بعد اور دوسری نشست بروز جمعہ ناشتے کے بعد۔ اس کے بعد واپسی کی اجازت ہوگی۔ حکیم صاحب نے تمام چھوٹے اور بڑے ایجنسی ہولڈرز کیلئے خصوصی رعایتی پیکیج کا اعلان کیا ہے۔ پھر تاکید ہے کہ ایجنسی ہولڈرز کے علاوہ دیگر افراد ہرگز نہ آئیں ان کو واپس بھیج دیا جائے گا۔ پھر ادارہ سے شکوہ نہ کریں۔ ایجنسی سے مراد چھوٹی یا بڑی سب طرح کی ایجنسیاں اس میں شامل ہیں اور تمام ایجنسی ہولڈرز کا ریکارڈ چیک کیا جائے گا۔ یعنی ادویات اور کتابوں کا بل بطور ریکارڈ ہمراہ لائیں چاہے وہ عبقری سے لیتے ہوں یا عبقری کی کسی بڑی ایجنسی سے لیتے ہوں۔ **نوٹ:** اپنے تمام مشورے تحریری طور پر لکھ کر ساتھ لائیں اور اپنا موبائل نمبر اور پتہ ضرور لکھیں۔ کاپی قلم ساتھ لائیں۔ تمام کتب' ادویات اور رسالے کی خریداری نقد رقم پر ہوگی' بینکنگ آن لائن چیک وغیرہ اُوکے ہونے پر دوائی ملے گی۔ خریدی ہوئی دوائی' کتب واپس نہ ہوں گی' اُس دن ٹیلی فون پر آرڈر بک نہیں کیے جائیں گے' صرف دفتر میں بالمشافہ آرڈر ہمراہ لکھ کر لائیں' یہ رعایت ملک بھر میں چھوٹے بڑے ایجنسی ہولڈرز کو صرف اُسی دن ہوگی جو ایجنسی ہولڈر دفتر عبقری سے ادویات' کتب لیتے ہیں یا دوسرے شہروں کی بڑی ایجنسیوں سے لیتے ہیں یہ رعایت ان سب کیلئے بھی ہوگی۔ کتابیں اور عبقری کی پرانی فائلیں 50%۔ ادویات 35%۔ فی سی ڈی 30 روپے۔ برکت والی تھیلی 16 روپے۔ **نوٹ:** تمام ایجنسی ہولڈرز پہلے اپنے پچھلے بقایاجات ادا کریں اُس کے بعد نیا مال جتنا چاہیں کیش پر لیں۔ (ادارہ عبقری)

مدتوں کا نزلہ دنوں میں ٹھیک کرنے کا نسخہ

ھوالشافی: بھنے ہوئے چنے سات عدد اور مرچ سیاہ ایک عدد نہار منہ نوش فرما لیا کریں' چار یوم کے بعد بھنے چنے چودہ عدد اور دو عدد مرچ سیاہ شروع کریں' ایک ہفتہ کے بعد چنے بھنے اکیس عدد' فلفل سیاہ تین عدد' دو ہفتہ تک اسی طرح عمل کو کرتے رہیں۔ انشاء اللہ دو تین ہفتہ کے عرصہ میں مدت کا نزلہ و زکام کافور ہو جائے گا۔ (محمد اظہر عظیم' کراچی)

صلوٰۃ الحاجت پڑھی' آسمان سے پکا پکایا کھانا آگیا

بس کے کنڈیکٹر نے پہلے صاف انکار کیا کہ لوکل سواری کو ہم نہیں بٹھاتے' پھر عورت نے منتیں کیں تو اس نے کہا کہ ہم پورے سفر کا کرایہ لیں گے یعنی 900 روپے حالانکہ اس کے سٹاپ کا کرایہ صرف بیس پچیس روپے بنتا تھا

(محمد اشتیاق اعوان' سکھر)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! پچھلے دنوں ایک کلاس فیلو سے ملاقات ہوئی' پہلے سکھر میں رہتے تھے پھر وہ جہانگیرہ چلے گئے ہیں۔ یہ علاقہ پشاور سے پیچھے ہے تو اس سے میں نے پوچھا آج کل کیا کررہے ہو؟ کہنے لگا مجھے آثار قدیمہ سے دلچسپی ہے اور پہاڑوں میں چھپے جواہرات ڈھونڈنے کا بھی شوق ہے اور اس میں وہ کافی کامیاب بھی ہوا ہے۔ میں نے اس سے پوچھا کوئی ایسی چیز بتا جو حیرت انگیز ہو' کہنے لگے میں روزانہ پہاڑوں میں تلاش کیلئے جاتا تھا تو پہاڑوں میں ایک بزرگ رہتے تھے جن کا کام صرف اللہ عزوجل کی عبادت کرنا ہوتی تھی' بس دنیا سے بے نیاز بالکل بے نیاز۔۔۔ کہنے لگا میں ان سے زیادہ بات چیت نہیں کرتا تھا۔ بس سلام دعا۔۔۔ ایک دن میں جارہا تھا بابا کو سلام کیا۔ انہوں نے مجھے اپنے پاس بلایا اور پشتو زبان میں بھول رہے تھے' کہنے لگے تو کن چکروں میں لگا ہوا ہے پھر کافی بات کی۔ میرا دوست پوچھنے لگا بابا آپ کے پاس کھانے پینے کی چیزیں کہاں سے آتی ہیں؟ کہنے لگے جب بھی مجھے کسی چیز کی ضرورت ہوتی ہے' میں اوپر پہاڑوں میں چلا جاتا ہوں اور صلوٰۃ حاجت پڑھتا ہوں۔ اللہ عزوجل سے گڑگڑا کر دعا کرتا ہوں اور میرا رزق جو بھی مجھے چاہیے ہوتا ہے' آسمان سے نیچے آجاتا ہے دوست کہنے لگا بابا کہہ رہے تھے جس طرح حضرت موسیٰ علیہ السلام کی قوم کا رزق آسمان سے نیچے آتا تھا' اس طرح میرا رزق بھی آسمان سے نیچے آتا ہے' دوست کہنے لگا بابا کہتے ہیں صلوٰۃ حاجت میں بڑی طاقت ہے۔

بھائی کی محبت میں پاگل بہن کی کہانی

(سلیم اللہ سومرو' کنڈیارو)

کسی دوست نے واقعہ سنایا کہ ایک مرتبہ میں گاڑی میں سفر کررہا تھا' اس میں ایک سرائیکی زبان کے مولوی صاحب کی تقریر بڑے خوبصورت اور میٹھی آواز میں چل رہی تھی' سارے لوگ اس کی تقریر سے محظوظ ہورہے تھے ان کے بیان کا انداز ایسا تھا جب انہوں نے حضرت موسیٰ علیہ السلام کی ماں اور ان کی بہن کا قصہ سنایا کہ موسیٰ علیہ السلام کی والدہ ماجدہ نے موسیٰ علیہ السلام کو پیٹی میں ڈال کر دریا کے حوالے کردیا اور ان کے پیچھے ان کی بہن کو بھیج کر کہا کہ دیکھو کہ کون اس بچے کو لیتا ہے اور کہاں رکھتا ہے؟ حضرت موسیٰ علیہ السلام کی بہن اس پیٹی کا تعاقب کررہی تھی۔ یہ ایک بہن کی محبت ہے بھائی کیلئے جو اللہ تعالیٰ نے اس کے دل میں رکھی۔ مولانا صاحب نے مزید فرمایا کہ ایک مرتبہ میں ایک بس میں سفر کررہا تھا کہ بس ایک ہوٹل پر کھڑی ہوئی مسافروں کے کھانا کھانے کیلئے۔ دوبارہ جب بس چلنے کیلئے تیار ہوئی اور سب مسافر اپنی اپنی جگہ بیٹھ گئے تو ایک عورت آئی اس نے کہا کہ مجھے بھی جگہ دو' میں بھی آگے چلوں گی' آگے چل کر ایک گاؤں آئے گا میں وہاں پر اتروں گی۔ بس کے کنڈیکٹر نے پہلے صاف انکار کیا کہ لوکل سواری کو ہم نہیں بٹھاتے' پھر عورت نے منتیں کیں تو اس نے کہا کہ ہم پورے سفر کا کرایہ لیں گے یعنی 900 روپے حالانکہ اس کے سٹاپ کا کرایہ صرف بیس پچیس روپے بنتا تھا' 900 روپے کا سن کر عورت بس میں بیٹھ گئی' جب کنڈیکٹر کرایہ وصول کرنے کیلئے آیا تو عورت نے 50 روپے نکال کردینے چاہے لیکن اس نے انکار کردیا اور اتارنے کی دھمکی دی تو عورت نے جلدی سے اپنی زیور والی دھری سونے اور موتیوں کی بنی ہوئی جو عورتیں گلے میں پہنتی ہیں وہ اتار کر کنڈیکٹر کو دے دی اور کہا کہ یہ اپنے پاس رکھ اور بقایا مجھے واپس کر اگر واپس نہیں کرتا تو یہ دھری تیری ملکیت میں آگئی صرف مجھے سٹاپ پر اتار دے۔ یہ منظر دیکھ کر لوگوں نے چیخیں ماری کہ بے عقل عورت ہے اس کو سونے کی دھری دے رہی ہے تو اس پر اس عورت نے کہا کہ میرے بھائیو! اصل قصہ یہ ہے کہ میرے بھائی کا انتقال ہوگیا ہے اور اس کا جنازہ اٹھنے میں تھوڑا وقت ہے' دل غمگین ہے اور یہ تمنا ہے کہ اپنے بھائی کا چہرہ دیکھوں۔ یہ سونے کی دھریاں پھر بھی ہوجائیں گی لیکن قسم خدا کی بھائی کا چہرہ پھر دیکھنے کو نہ ملے گا چاہے پوری دنیا کی دولت لٹادوں اور یہ شخص پیسوں کا بھوکا ہے۔ اس لیے میں نے اپنی قیمتی ترین چیز اسے دے دی تا کہ اپنے پیارے بھائی کا آخری دیدار کرسکوں۔ عورت کی دکھ بھری داستان سن کر بس کے تمام مسافروں کی آنکھیں اشک بار ہوگئیں۔

براے وسعت رزق

خواجہ احمد دیربی رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی کتاب مجربات دیربی میں تحریر فرمایا ہے کہ جو شخص نیا لباس پہننے سے پہلے پاک پانی پر دس مرتبہ سورۃ قدر اور سورۃ اخلاص پڑھ کر لباس پر چھڑک دے تو جب تک لباس کا تار اس کے بدن پر رہے گا اُسے مالی تنگی نہیں ہوگی۔ ☆ جن لوگوں کے گھٹنوں میں اُٹھتے اور بیٹھتے "ٹخ ٹخ" کی آواز آتی ہو' ان میں وٹامن ڈی 3 کی کمی ہوجاتی ہے' وٹامن ڈی 3 کی کمی دور کرنے سے گھٹنے ٹھیک ہوجاتے ہیں۔ (انجینئر ظفریاب علی شاہ' سیالکوٹ)

سکھ حکیم کا نایاب طبی اور سائنسی تحفہ

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے عبقری میگزین سے "سکھ حکیم کا نایاب طبی اور سائنسی تحفہ" بنایا اور اس کے بے شمار فوائد پائے مثلاً پرانا جوڑوں کا درد' گھٹنوں یا پنڈلیوں کا درد' مالش صبح وشام کریں' کمر کا پرانا پیچیدہ درد اسی تیل سے مالش کریں اور مسئلہ سے نجات پائیں۔ نسخہ درج ذیل ہے۔ **ھوالشافی:** کچھ تلخ' پھٹکڑی سرخ' آنبہ ہلدی' السی ہر ایک 100 گرام سب کو کوٹ کر 3 کلو پانی میں ابالیں ایک کلو باقی بچنے پر چھان کر اس میں ایک کلو خالص تل کا تیل ڈال کر بالکل ہلکی بلکہ نہایت ہلکی آنچ میں جلائیں۔ دو دن تک جلاتے رہیں۔ جب پانی جل جائے تو اتار کر اس میں 50 گرام رتن جوت گرم گرم میں ڈال کر 3 دن رکھ چھوڑیں۔ 3 دن کے بعد چھان کر محفوظ کرلیں' کراماتی تیل تیار ہے۔ (ذکیہ فضل کریم)

میری تالیفات اوران کی وضاحت

اب تک آنے والی میری جتنی بھی تالیفات ہیں ان کے حوالہ جات حقیقت' سبب تالیف یہ سب قارئین تک پہنچانے کی ایک کوشش ہے میں ہر کتاب کا حوالہ دوں گا کہ کتاب کن حوالہ جات سے مل کر ایک کتاب بنی ہے۔

کتاب نمبر 8: جنسی پاکیزگی' نبوی علاج واحتیاط اور جدید سائنس: جنس ایک ایسا موضوع ہے اس پر بولنا' سننا لکھنا بظاہر حجاب جرم یا شرم نظر آتا ہے۔ لیکن اسلامی تعلیمات نے ہر قدم پر ہمیں زندگی میں تنہا نہیں چھوڑا' "**جنسی پاکیزگی نبوی علاج واحتیاط اور جدید سائنس**" کتاب اسی علم کا ایک حصہ ہے۔ کتاب کے آخر میں پینتالیس کتب اور رسائل کے مستقل حوالہ جات' کتاب اور اس کا حوالہ' رسالہ اس کا حوالہ' جلد نمبر' شمارہ نمبر' سن اور ماہ ہر چیز وضاحت سے دی ہوئی ہے۔ تاکہ اگر کوئی شخص اصل حوالے کی طرف رجوع کرے تو اسے ڈھونڈنا آسان ہو اور حوالہ سے کتاب کی اہمیت اور حیثیت مضبوط ہو۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 55

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور علم چاہیے

ایسی سچی کہانیاں کہ سنتے دل پھٹ جائے: جب سے لا الہ الا اللہ اور محمد رسول اللہ کے اوپر میں نے اپنے مشاہدات' بیتی زندگی کے تجربات اور انوکھے راز لکھنا شروع کیے ہیں۔ اتنی ڈاک' اتنے خط' اتنے لوگوں کے تبصرے' اتنے لوگوں کے مشاہدات۔۔۔ میں حیران ہوں کہ لوگوں نے میرے ان مشاہدات اور تجربات کو کتنا پسند کیا' پھر اس پر کتنا عمل کیا اور عمل کرنے کے بعد اس کے کتنے کمالات' تجربات' فائدے جوان کی زندگی میں آئے' لکھے' یہ خود میرے لیے ایک حیرت کی انوکھی بات ہے۔ میں نے پچھلے کالم میں بھی ان تجربات و مشاہدات کا کچھ تذکرہ کیا۔ آج پھر جی چاہتا ہے کہ اپنے تجربات و مشاہدات چھوڑ کر جواب تک لاکھوں لوگوں نے اپنے تجربات' بیتی زندگی کے واقعات' دکھوں اور غموں کی ایسی کہانیاں جو سنے تو جی بھر نہ آئے بلکہ دل پھٹ جائے ان سے نجات اور پھر ایسی ماورائی اور مافوق الفطرت باتیں خود انسان بھی حیرت اور عجیب وغریب باتوں کا ایک انوکھا نمونہ بن جائے بلکہ اس کو بہت سے لوگ نہ ماننے والے بھی آجائیں آخر ایسا کیسے ممکن ہوسکتا ہے؟

ایک پریشان حال کا خوشیوں بھرا خط: ایک خط ملا لکھا تھا آپ کون ہیں؟ بس میں نے صرف آپ کا نام ہی سنا۔۔۔ عبقری میں پڑھا' کئی بار کوشش کی' فون کیا کہ آپ سے ملاقات ہوجائے' کوئی آپ سے ملاقات کرانے کو تیار نہیں۔ آخر کار آپ کے مضمون پر ہی میں اکتفا کر رہا ہوں۔ میں کون ہوں کیا ہوں؟ لیکن مجھے اتنا علم ضرور ہے کہ میرے تجربات شاید لوگوں کو فائدہ دے دیں' میں نے جو کچھ پایا آپ کے کالم سے پایا' میں نے جو کچھ لیا آپ کے تجربات سے لیا۔ مجھے ایک بات کا اعزاز ہے کہ میں آپ کو ان لوگوں میں سے مانتا ہوں جو واقعتاً مخلوق خدا کو فائدہ ہی فائدہ ۔۔۔نفع ہی نفع۔۔۔ اور آسانیاں ہی آسانیاں پھیلا رہے ہیں۔

آپ پہلے کہاں تھے۔۔۔؟: میں حیران ہوں! اس سے پہلے آپ کہاں تھے؟ اور اس سے پہلے آپ نے لکھنا شروع کیوں نہیں کیا حالانکہ عبقری کو چھپے بہت عرصہ ہوگیا' آپ نے اس موضوع پر اس سے پہلے کیوں نہیں قلم اٹھایا۔

لا الہ الا اللہ سے میں نے کیا پایا؟ خیر۔۔۔ یہ بات اپنی جگہ درست تھی یا غلط لیکن میں اتنا آپ سے کہوں گا کہ میں نے لا الہ الا اللہ پڑھنے سے اتنا کمال پایا اور اتنے فائدے پائے کہ آپ سوچ نہیں سکتے۔ ہماری خاندانی جائیداد کا ایک جھگڑا تھا جو کہ سالہا سال سے چل رہا تھا میں نے تو اپنے گھر میں ہر وقت یہی سنا کہ یہ فیصلہ ہمارے حق میں ہوگا' کمرے کی چھت تبدیل کروالیں گے' بس آئندہ پیشی پر فیصلہ ہوگا تو بہن کی شادی کرلیں گے لیکن۔۔۔ **نسل در نسل مقدمہ چلا مگر۔۔۔!** میری ماں کبھی کبھی ٹھنڈی آہیں بھر کر ایک بات کہا کرتی تھی میں جس دن پہلی دفعہ اس گھر میں داخل ہوئی تھی (یعنی دلہن بن کر) اس دن بھی میں نے یہی باتیں سنی تھیں' میں بوڑھی ہوگئی ہوں' میری بیٹیوں کے بال سفید ہوگئے ہیں اب بھی یہی باتیں سن رہی ہوں اور میری والدہ خود کہتی تھیں میری ساس جو کہ اسی سال کے قریب فوت ہوئیں' وہ کہتی تھیں جب میں اس گھر میں آئی تھی تو میں نے اس خاندانی جائیداد کے جھگڑوں کو سنا اور ہر روز یہی نئی امید کی کرن ہوتی تھی کہ شاید مقدمہ حل ہوجائے گا' ہمارے دن کچھ سکھی ہوجائیں گے' مشکلات حل ہوجائیں گی اور پریشانیاں دور ہوجائیں گی لیکن مجھے افسوس۔۔۔! ایسا نہ ہوسکا اور سوفیصد نہ ہوسکا۔ **یہ کتنی پرانی داستان ہے کوئی خبر نہیں:** ہم نے کیا کیا۔۔۔ کتنی محنتیں کیں۔۔۔ کتنے پیروں کے پاس چکر لگائے۔۔۔ یہ خود میری داستان ہے' پھر میری والدہ کی داستان ہے' دادی کو میں نے دیکھا ہے ان کی داستان ہے۔ اس سے پرانی داستان کتنی پرانی ہے مجھے کوئی خبر نہیں۔۔۔ لیکن سنا ہے کہ اس داستان کو سو سال کے قریب ہوگئے ہیں اور ہماری جائیداد مسلسل مسائل مشکلات اور الجھنوں کا شکار ہے۔ **مہاراجہ پٹیالہ سے ملی جائیداد:** دراصل ہمیں مہاراجہ پٹیالہ نے کچھ جاگیر اور جگہ دی تھی' یہ اس وقت کی بات ہے جب جنگ عظیم اول تھی' جنگ عظیم اول میں ہمیں جو کچھ ملا میرے پڑدادا تین بھائی تھے' جائیداد ان تین بھائیوں میں تقسیم ہوئی اور تقسیم در تقسیم آگے بڑھی۔ ایک بھائی کی اولاد نہیں تھی' دو کی اولاد تھی بس۔۔۔ جھگڑا یہاں سے شروع ہوا' ہر شخص یہ چاہتا تھا کہ اس کا حق مجھے مل جائے پھر معاملہ عدالتوں میں چلا' دیوانی کیسوں نے ہمیں دیوانہ بنادیا جب سے عبقری آنا شروع ہوا ہم نے عبقری کے وظائف اور ٹوٹکے بہت آزمائے ہر ٹوٹکہ اور وظیفہ ایک سے بڑھ کر تھا۔ **پہلا کلمہ پڑھا اور امید کی پہلی کرن نظر آئی:** اب کی بار جو وظیفہ آزمایا وہ تھا پہلا کلمہ۔۔۔ ہم نے سوچا چلو یہ بھی آزما کر دیکھ لیتے ہیں ہم سب گھر والوں نے سب وظیفے چھوڑ دیے اور صرف اور صرف لا الہ الا اللہ پڑھنا شروع کردیا۔ ستر ہزار کا ایک نصاب پڑھا' پھر دوسرا' پھر تیسرا۔ ہم مسلسل پڑھتے رہے اور مسلسل پڑھتے رہے۔۔۔ ہم سب گھر والوں نے اٹھارہ نصاب لا الہ الا اللہ کرلیے' اچانک ایک مدد آئی نہ ہم نے امید رکھی تھی' نہ ہم نے کبھی سوچا تھا اور نہ ہم کبھی گمان کرسکتے تھے اور وہ مدد یہ آئی کہ ہمارے خاندان کے ایک بڑے بوڑھے جن کو سب بڑے چاچا جی کہتے ہیں وہ اچانک آئے اور کہنے لگے میں تمہارا فیصلہ کراتا ہوں' بس میں جیسے کہوں گا تم سب کو میری بات ماننی ہوگی چونکہ سبھی مقدمات سے تھکے ہوئے تھے لیکن اپنی ضد پر اڑے ہوئے تھے اور بڑے چاچا جی کی سارے قدر کرتے ہیں اور ان کے بڑا ہونے کی وجہ سے قدر ہونی بھی چاہیے۔ بڑے چاچا جی نے آنا فاناً صرف دو دن میں سب کو اکٹھا کیا ہمارے کچھ رشتہ دار کراچی میں تھے' کچھ لاہور میں تھے' کچھ شہر کے دوسرے حصوں میں تھے سب کو حکم دیا اور سارے آگئے۔ **حیرت کی بات سب نے فیصلہ مان لیا:** بس سب کو اکٹھا کرنے کے بعد کیونکہ چاچا جی جائیداد کے معاملات کو خود سمجھتے ہیں اور ہماری جائیداد کو جانتے بھی ہیں' لکھ کر فیصلہ دے دیا کہ جو میں لکھ رہا ہوں جس کا حصہ جس کو دے رہا ہوں بس اسی کا حصہ وہی ہوگا' حیرت انگیز بات یہ ہے کہ بعض شرپسند لوگ ہیں کئی دفعہ پنچایت اور فیصلے ہوئے لیکن آج تک انہوں نے کسی کا کوئی فیصلہ نہیں مانا' وہ بھی خاموش' فیصلہ ہوگیا اور جائیداد تقسیم ہوئی۔ **ایک پل میں کلمہ نے کروڑ پتی بنادیا:** جو جائیداد لاکھوں کی تھی آج کروڑوں کی بن چکی تھی اور ہم نے اپنا حصہ بیچا اور ہمارے دور پرے کے ایک رشتہ دار نے وہ حصہ لے لیا اور کروڑوں روپے ہمارے گھر میں آئے' ہم نے گاڑی لے لی ہے' اپنا مکان بدل کر ایک اچھی کوٹھی لے لی ہے' ہمارا لباس اچھا ہوا' ہمارا کھانا' ہمارا پینا اچھا ہوا' تین بہن بھائیوں کی شادیوں کی ترتیب بن چکی ہے اور اکٹھی ہونی ہے۔ ہم سکھ کی نیند سونے لگے اب ہمارے گھر میں تین موٹر سائیکل ہیں۔ ایک بڑی گاڑی ہے'

گھر میں رزق ہے‘ گھر میں سکون ہے۔ **کلمے کی برکت سے تمام رنجشیں ختم ہوگئیں:** لا الہ الا اللہ کی ایک برکت اور دیکھی ان لوگوں کے ساتھ جن کے ساتھ ہماری سالہا سال سے رنجشیں‘ جھگڑے‘ نفرتیں اور ناچاقیاں تھیں۔۔۔ حالانکہ کہ وہ ہمارے قریبی رشتہ دار تھے‘ سب ہمارے قریب آگئے‘ سب ہمارے دوست بن گئے اور سب سے محبت‘ قرب اور زیادہ بڑھ گیا۔ **میں حیران ہوں یہ وظیفہ ہے یا۔۔۔:** میں حیران ہوں یہ وظیفہ ہے‘ اسم اعظم ہے‘ مشکل کشائی کی چابی ہے‘ حاجت روائی کی کشتی ہے‘ طوفان نوح سے نکلنے کیلئے ایک کشتی نوح ہے‘ نمرود کی آگ سے نکلنے کیلئے ایک اللہ کی مدد ہے‘ مچھلی کے پیٹ سے نکلنے کیلئے یونس علیہ الصلوٰۃ والسلام کی دعا ہے۔۔۔ یہ کیا نہیں ہے۔۔۔؟؟؟ لیکن کلمہ آخر کلمہ ہے‘ طاقت ور چیز ہے‘ اس کے سامنے کائنات بھی ذرہ ہے‘ اللہ اللہ ہے اور کلمہ کلمہ ہے بس میں اس کلمہ کے کمالات کیا بتاؤں۔ **پڑوسیوں کے مسائل بھی کلمہ سے حل ہوئے:** ہمارے ساتھ کے پڑوسیوں نے چند ہی دنوں میں ہمیں کہاں سے کہاں پہنچتے جب دیکھا تو وہ حیران ہوئے‘ ہم نے بھی بخل نہیں کیا ہم نے سب کو بتایا ہمیں جو ملا ہے عبقری سے‘ پھر جو ملا ہے علامہ صاحب کے کالم سے اور اصل ملا ہے کلمے کے مستقل نصابوں کو پڑھنے سے۔۔۔ ہمارے قریب کے پڑوس میں ایک گھرانہ ہے ان کے گھر کے مسائل کچھ اس طرح تھے کہ ہر وقت گھر میں بیماری‘ تکلیفیں‘ پریشانیاں‘ کوئی دن ایسا نہیں کہ ان کے گھر سے جھگڑے اور اونچا بولنے کی آواز نہ آتی ہو‘ مار کٹائی کی صدائیں بلند نہ ہوتی ہوں۔۔۔ کوئی دن ایسا نہیں دیکھا کہ ان کے گھر میں غربت‘ تنگدستی‘ فقر و فاقہ اور مشکلات اور مسائل نہ دیکھے ہوں‘ ہم اپنی مشکلات اور مسائل میں تھک چکے ہیں‘ ہم اپنی زندگی کی الجھنوں سے گھبرا چکے ہیں یہ لفظ اکثر ان کی ماں کہتی اور ہم سنتے رہتے تھے حتیٰ کہ بعض اوقات ان کے گھر میں طلاقوں کی آوازیں اور حتیٰ کہ ان کے والد نے اپنی بیوی کو ایک طلاق دے ہی دی نامعلوم پھر کیا ہوا۔۔۔؟؟؟ ہم نے ان کے گھر میں غربت ہی غربت‘ فاقے ہی فاقے دیکھے۔ **جو ہم نے پڑھا ہے تم بھی پڑھو:** مایوسی ان کا مقدر تھی جب ہمارے حالات سنورے تو انہوں نے اپنے حالات بھی ہمیں بتائے تو ہم نے فوراً انہیں کہا جو وظیفہ ہم نے پڑھا ہے تم بھی پڑھو‘ تمہارے مسائل بھی حل ہوں گے۔ انہوں نے جب ہمارے حالات دیکھے تو ان کی ڈھارس بندھی۔ انہوں نے بھی کلمے کا نصاب پڑھنا شروع کردیا حتیٰ کہ ان کا ایک بیٹا ہیروئن پیتا تھا وہ بھی ساتھ پڑھنا شروع ہوگیا۔ اللہ پاک نے ان کے ساتھ بھی کریمی فرمائی‘ انہوں نے اکیس نصاب پڑھے بقول ان کے کہ ان کے ساتھ اللہ نے ایسی کریمی فرمائی کے ہمیں اب حیرت نہیں ہوئی لیکن انہیں حیرت ہوئی لیکن ہم نے جو اپنے حالت دیکھے ہمارے لیے ان سے زیادہ حیرت انگیز تھے۔ ان کے گھر سے بیماریوں نے منہ موڑ لیا‘ مشکلات ختم ہوئیں‘ بیماریاں دور ہوئیں‘ روز کے جھگڑے‘ روز کے مسائل جو ہم نے سنے ہوئے تھے وہ سب ختم ہوگئے بلکہ انہوں نے اب یہی کلمے کا وظیفہ نامعلوم کتنے بے شمار لوگوں کو دیا بلکہ خود ہم نے کتنے لوگوں کو بتایا۔ **رشتے داروں کے مسائل کیسے حل ہوئے؟:** وہ رشتے دار جو ہم سے ناراض تھے‘ آنا جانا‘ موت اور شادی خوشی اور غمی سب کچھ ختم تھا جب ہمارے قریب آئے اور ہم نے ایک دوسرے سے تذکرہ کیا تو جب انہوں نے اس کلمے کے نصاب کے کمالات سنے پھر ہم نے انہیں واقعات ایک نہیں۔۔۔ کئی سنائے تو ان میں سے اکثر نے یہ عمل شروع کردیا۔ حالات تو ان کے بھی خراب تھے کیونکہ عدالتوں نے‘ وکیلوں کی فیسوں نے‘ ایک دوسرے کے خلاف گالی گلوچ‘ الزام تراشی‘ بہتان۔۔۔ اس سب نے گھر کا رزق‘ چین‘ سکون اور زندگی کی خوشیوں کو لوٹ لیا تھا۔ انہوں نے بھی کلمہ پڑھنا شروع کیا اور کلمہ جو ہے جو جہنم‘ قبر اور دوزخ کے عذاب سے بچائے۔۔۔ آخر وہ کلمہ دنیا کی مصیبتوں‘ دکھوں‘ پریشانیوں‘ فاقوں‘ بیماریوں‘ غربت‘ نفرتوں اور دنیا کی آگ کے عذاب سے آخر کیوں نہیں بچائے گا؟ **نشئی بیٹے نے نشہ کرنا چھوڑ دیا:** ہمارے ایک رشتہ دار میری والدہ کے پاس آئے ابھی پندرہ دن پہلے کی بات ہے کہنے لگے میرا بیٹا نشہ کرتا تھا‘ اس کا نشہ چھوٹ گیا جو ہمارے قریب کے رشتہ دار تھے‘ ان کا بیٹا ہیروئن پیتا تھا اس نے ہیروئن چھوڑ دی حالانکہ کئی بار اس کو علاج معالجہ کیلئے داخل کرا چکے تھے لیکن علاج معالجہ میں کبھی فائدہ نہیں ہوا بلکہ اس کو اُلٹا نقصان ہوا اور وہ پہلے سے زیادہ نشے کا عادی ہوکر آیا۔

نشے سے جان چھڑوانے والے متوجہ ہوں! قارئین! بات اگر نشے کی چلی تو اس سلسلے میں کچھ اور خط اور مشاہدات بھی موصول ہوئے ابھی پچھلے دنوں ایک فاقوں‘ غربت اور تنگدستی کے مارے ہوئے خاندانوں کے خط میرے سامنے تھے‘ انہوں نے بھی بے ساختہ یہی لکھا کہ کلمے نے ہماری نسلوں سے نشہ دور کردیا۔ پہلے باپ‘ پھر بیٹا‘ پھر دوسرا بیٹا نشے پر لگ گیا۔ نشہ کر کر کے سارا گھر پھونک بیٹھے اور سارا گھر برباد ہوگیا جب سے کلمہ پڑھنا شروع کیا نشے سے نجات اور بربادی سے خلاصی ملی۔ تو بات چل رہی تھی اس خاندان کی جو پڑوس میں یہ واقعات سنا رہے تھے مزید بتانے لگے اب تو ہمارا دن رات کا وظیفہ بس لا الہ الا اللہ ہے‘ ہمارا بچہ بچہ‘ ہمارا بوڑھا جوان‘ ہمارا ہر فرد بس کلمہ پڑھتا ہے۔ **ہم کلمہ پڑھتے ہیں تو۔۔۔:** ہم کلمہ پڑھتے ہیں ہمارے مسئلے حل ہوجاتے ہیں‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں ہمیں روٹی کھانا اور زندگی کی ہر سہولت مل جاتی ہے‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں رزق آسان ہوجاتا ہے‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں زندگی کی مشکلات حل ہوجاتی ہیں‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں مریض ٹھیک ہوجاتے ہیں‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں لوگوں میں عزت و وقار پاتے ہیں‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں ہر تقریب میں ہمیں خوش آمدید کہا جاتا ہے‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں ہمارا روتا بچہ چپ ہو جاتا ہے‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں ہمارے لیے مہنگی چیز سستی ہوجاتی ہے‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں ہمارے گھر سے جھگڑے ختم ہوجاتے ہیں‘ اگر جھگڑے ہورہے ہوں تو کلمہ پڑھتے ہیں سب شیر و شکر ہوجاتے ہیں‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں ہماری نفرتیں محبتوں میں بدل جاتی ہیں‘ ہم کلمہ پڑھتے ہیں دل کی آس پوری ہوجاتی ہے۔ ہم کلمہ پڑھتے ہیں زندگی کی مشکلات حل ہوجاتی ہیں۔ ہم کلمہ پڑھتے ہیں خواب انوکھے آتے ہیں حتیٰ کہ ہم کلمہ پڑھتے ہیں جس ہستی سے بھی ملاقات کا سوچتے ہیں خواب میں ملاقات ہوجاتی ہے۔ حتیٰ کہ ہمارے بعض گھر والوں نے مسلسل کلمہ پڑھا جاگتے میں ان کی خضر علیہ السلام سے ملاقات ہوئی۔ **کلمے سے دنیا و آخرت کے مسائل حل:** قارئین! سب سے بڑی دولت کلمہ ہے‘ ایماندار ہونے کی چابی کلمہ ہے‘ مسلمان ہونے کی سند کلمہ ہے‘ آیئے! کلمے سے دنیا و آخرت کے مسائل حل کریں۔ قارئین! یہ ایک خط جسے میں ایک ملاقات کہوں گا آپ تک میں نے پہنچایا‘ میں آپ کو کتنے خط پڑھ کر سناؤں‘ میں آپ کیلئے کتنے خط لکھوں اور کتنے خطوں کے حوالے دوں‘ کتنی ملاقاتیں اور روتے سسکتے لوگوں کی آپ بیتیاں سناؤں۔ مجھے ایک خطرہ ہے آپ کہیں گے شاید میں اپنی باتوں میں مبالغہ کررہا ہوں‘ آپ کہیں گے شاید میں جھوٹ بول رہا ہوں‘ یہ میرا اور میرے رب کا معاملہ ہے اگر آپ کو میرے ان لفظوں سے خلوص ٹپکتا نظر آرہا ہے تو سینے سے لگالیں اگر خلوص ٹپکتا نظر نہیں آرہا تو میرے اس کالم کو پڑھا ہی نہ کریں۔ (جاری ہے)

شانزے، لاہور

لال بیگ، مچھروں اور مکھیوں سے چھٹکارے کے طریقے

مکھیوں کے ایک جوڑے کی اولاد اگر اپریل میں زندہ سلامت بچ جائے تو اگست کے خاتمے تک انیس سو کھرب مکھیوں کا لشکر جرار تیار ہوجاتا ہے، ان کی یلغار سے بچنا چاہتے ہیں تو ان کے ٹھکانوں کا سراغ لگا کر شروع ہی میں انہیں تباہ کردیجئے۔

جراثیم کش ادویات چھڑکنے کا موزوں اور مناسب وقت صبح کاذب اور شام ہے۔ ان اوقات میں چھڑکی ہوئی دوا سے خاطرخواہ نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ وجہ یہ ہے کہ مکھیوں اور اکثر کیڑے مکوڑوں کی نقل وحرکت کا دارومدار گردوپیش کی روشنی پر ہوتا ہے۔ دھندلی روشنی اور تاریکی میں وہ کونے کھدروں میں دبکے یا دیواروں اور چھتوں سے چپٹے اونگھتے رہتے ہیں۔ اس حالت میں انہیں باآسانی ''شکار'' کیا جاسکتا ہے۔ روشنی میں وہ ایک جگہ ٹک کر نہیں بیٹھتے۔ ہمیشہ ادھر اُدھر اڑتے پھرتے ہیں۔ ایسے میں دوا بہت کم اثر کرتی ہے۔ بہت سے کیڑے تو دوا کا زہر اسفنج کی طرح چوس کر اپنے جسم میں جذب کرلیتے ہیں۔ مکھیوں اور کیڑے مکوڑوں کے خلاف گھریلو جنگ کو مؤثر اور فعال بنانے کی مختلف صورتیں ہیں۔ یہ جنگ ایک طویل عرصے سے جاری ہے اور ابھی تک اس کے ختم ہونے کے آثار نظر نہیں آتے۔ دوسری جنگ عظیم کے بعد سے جراثیم کش ادویات کی صنعت نے خاصی ترقی کی ہے۔

تل چٹے اور لال بیگ جیسے رینگنے والے کیڑے مکوڑے دن کے وقت تاریک کونوں کھدروں میں دبکے پڑے رہتے ہیں اور صرف رات کو باہر نکلتے ہیں۔ انہیں ہلاک کرنے کا یقینی طریقہ یہ ہے کہ ان کے ٹھکانوں کے اردگرد جراثیم کش دوا بکھیر دی جائے۔ ایسی دوا میں استعمال کیا جانے والا زہریلا مادہ اگرچہ خاصا تیز اور مہلک ہوتا ہے لیکن اس کا نتیجہ چند منٹ یا بعض حالتوں میں گھنٹوں بعد نکلتا ہے۔ زہریلا پاؤڈر جسم سے چپکنے کے باوجود کچھ لال بیگ یا تل چٹے زندہ اور رینگتے نظر آجائیں تو حیران نہ ہوئیے جلد یا بدیر وہ ضرور دم توڑ دیں گے۔ اڑنے والے حشرات الارض کیلئے چھڑکنے والی دوا نہایت مؤثر اور کارگر ثابت ہوتی ہے۔ پاؤڈر کی نسبت ''سپرے'' کے اثرات اور نتائج جلدی سامنے آجاتے ہیں۔ چھڑکنے والی ادویات میں اپنی تھرین، پائیری تھرین، لیتھین یا تھانائٹ وافر مقدار میں شامل ہوتی ہے۔ یہ ایک خاص قسم کے زہر کی مختلف صورتیں ہیں۔ اس کے اثر سے حشرات الارض کی قوت پرواز مفلوج ہوجاتی ہے اور وہ آدھ منٹ سے بھی کم وقت میں بے سکت ہوکر زمین پر گر پڑتے ہیں۔ اس کے بعد ایک دوسرا مہلک زہر جو نسبتاً کم مقدار میں شامل ہوتا ہے اپنا کام شروع کردیتا ہے اور مکھیاں یا اس قبیل کے دوسرے کیڑے مکوڑے آہستہ آہستہ مرجاتے ہیں۔

کمروں میں ضرورت سے زیادہ اندھادھند دوا نہ چھڑکیے۔ اس طرح دوا اور پیسے کی بربادی کے سوا کچھ حاصل نہ ہوگا۔ دوا کی مقدار کا انحصار کمرے کی وسعت پر ہے، کیڑے مکوڑوں کی تعداد پر نہیں۔ وہ خواہ بہت سے بہت ہوں یا معدودے چند، کمرے میں چھڑکی ہوئی مناسب دوا سب کو ہلاک کردے گی۔ کیڑے دوا میں موجود مفلوج کرنے والے خاص زہر کے نتیجے میں ہلاک ہوتے ہیں۔ اس زہر کو اپنا اثر دکھانے میں کچھ دیر لگتی ہے۔ دوا چھڑکنے کے ایک منٹ بعد اگر نصف کیڑے مکوڑے ہلاک ہوجائیں اور پندرہ منٹ کے بعد کوئی زندہ نظر نہ آئے تو سمجھ لیجئے کمرے میں چھڑکی ہوئی دوا کی مقدار بالکل مناسب تھی۔

باغیچے میں ''سپرے'' کرنے کیلئے عام جراثیم کش دوائیں استعمال نہ کیجئے ان میں بالعموم تیل اور کچھ زہریلے کیمیاوی اجزا ہوتے ہیں جن کے چھڑکنے سے پودے اور پھول مرجھا جاتے ہیں۔ ڈبے کے لیبل پر اگر گھر اور باغیچہ کیلئے لکھا ہو تو پھر اسے پودوں پر چھڑکنے میں کوئی حرج نہیں۔

کیڑے مکوڑوں اور حشرات الارض پر قابو پانے کیلئے یہ دیکھنا بھی ضروری ہے کہ وہ کس موسم میں انڈے دیتے ہیں۔ اکثر حشرات الارض کی نسلیں تیزی سے بڑھتی اور پھلتی پھولتی ہیں۔ مثال کے طور پر مکھیوں کے ایک جوڑے کی اولاد اگر اپریل میں زندہ سلامت بچ جائے تو اگست کے خاتمے تک انیس سو کھرب مکھیوں کا لشکر جرار تیار ہوجاتا ہے، ان کی یلغار سے بچنا چاہتے ہیں تو ان کے ٹھکانوں کا سراغ لگا کر شروع ہی میں انہیں تباہ کردیجئے۔ اس طرح ان کو پنپنے اور پھلنے پھولنے کا موقع نہ مل سکے گا۔ مچھر کے لاروے کو پنپنے کیلئے نمی کے ساتھ ساتھ کھڑے اور گندے پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ ٹین کے خالی ڈبے اور برتن کبھی صحن میں نہ پھینکئے ان میں بارش کا پانی جمع ہوگیا تو مچھر اپنا ٹھکانہ بنالیں گے۔ ہفتے میں ایک بار کونوں کھدروں اور تاریک گوشوں میں جراثیم کش دوا چھڑک دی جائے تو ان کی افزائش نسل کا مؤثر سدباب کیا جاسکتا ہے۔

فرحت، لاہور

اندھے لڑکے کی شکرگزاری

آپ کے پاس جو کچھ ہے اس پر شکرادا کریں۔ ہمیشہ تخلیقی رہیں، ایجاد کرنے والے بنیں اور مختلف اور مثبت سوچیں

ایک اندھا لڑکا بلڈنگ کی سیڑھیوں پر اپنے پاؤں کے اوپر ایک بورڈ رکھے ہوئے بیٹھا تھا اور اس بورڈ پر لکھا تھا ''میں اندھا ہوں، پلیز میری مدد کریں'' اور اس نے ایک ٹوپی پکڑ رکھی تھی جس کے اندر صرف چند سکے تھے۔ ایک آدمی وہاں سے گزر رہا تھا، اس نے اپنی جیب سے چند سکے نکالے اور انہیں ٹوپی میں ڈال دیا۔ پھر اس نے وہ بورڈ (سائن) پکڑا اور اسے الٹا کرکے اس پر کچھ الفاظ لکھے۔ اس نے وہ بورڈ واپس رکھ دیا اور پھر وہاں سے گزرنے والے لوگوں نے نئے الفاظ دیکھنے شروع کردیئے۔ جلد ہی ٹوپی پوری بھر گئی۔ لوگوں نے اندھے لڑکے کو مزید پیسے دینے شروع کردیئے۔ اسی دوپہر کو سائن تبدیل کرنے والا یہ دیکھنے آیا کہ اب کیا تبدیلی آئی ہے، سب کیسے چل رہا ہے۔ لڑکے نے اس کے قدموں کی آواز کو پہچانا اور پوچھا: ''کیا تم وہی جس نے صبح میرا بورڈ تبدیل کیا تھا'' تم نے کیا لکھا تھا؟ آدمی نے کہا: میں نے صرف سچ لکھا ہے، میں نے بھی وہی کیا جو تم نے کہا مگر مختلف انداز سے۔ اس نے لکھا تھا: ''آج بہت خوبصورت دن ہے اور میں اسے دیکھ نہیں سکتا۔'' آپ کا کیا خیال ہے کہ پہلے بورڈ اور دوسرے بورڈ میں یکسانیت تھی۔ بالکل تھی، دونوں بورڈ یہ ظاہر کررہے تھے کہ لڑکا اندھا تھا، لیکن پہلا سائن صرف یہ بتاتا ہے کہ لڑکا اندھا تھا جبکہ دوسرا سائن بتاتا ہے کہ لوگ کتنے خوش قسمت ہیں کہ وہ اندھے نہیں ہیں۔ ہمیں حیران ہونا چاہیے کہ دوسرا بورڈ زیادہ مؤثر ہے۔ تحریر کا نتیجہ: آپ کے پاس جو کچھ ہے اس پر شکرادا کریں۔ ہمیشہ تخلیقی رہیں، ایجاد کرنے والے بنیں اور مختلف اور مثبت سوچیں۔ دوسروں کو عقلمندی سے دعوت دیں، بغیر عذر بہانے اور پیار سے زندگی گزاریں۔ جب زندگی آپ کو سو وجوہات رونے کی دیتی ہے تو آپ زندگی کو ایک ہزار وجوہات ہنسنے اور خوش رہنے کی بتائیں۔ بغیر کسی افسوس کے اپنے ماضی کو برداشت کریں۔ اعتماد کے ساتھ حال کو گزاریں، بغیر کسی خوف کے مستقبل کو گزارنے کیلئے تیار رہیں۔

عظیم لوگ کہتے ہیں: زندگی ایک دوبارہ تعمیر کرنے کا مسلسل عمل، برائیوں کو نکالنے کا اور اچھائیوں کی افزائش کرنا ہے'' زندگی کے سفر میں اگر آپ بغیر خوف وخطر کے سفر کرنا چاہتے ہیں تو آپ کو اچھے ضمیر کا ٹکٹ لینا پڑے گا۔ سب سے خوبصورت چیز کسی شخص کی مسکراہٹ ہے اور اس سے کہیں زیادہ خوبصورت اس بات کا پتہ لگنا کہ اس کی وجہ آپ ہیں۔

سیکھتے رہنا ہی سچی خوشی اور زندگی ہے

احمد خاں خلیل

ایک چھوٹا بچہ یہ جانتا ہے کہ اس کا باپ شام کو گھر واپس آتا ہے۔ کبھی وہ خود اور کبھی اس کی ماں اس کو کہتی ہے' جاؤ دروازے پر جا کر دیکھو' ابو آرہے ہیں یا نہیں۔ وہ دو تین بار گیا' دیکھا مگر اس کا باپ نہیں آیا۔ وہ بددل نہیں ہوا۔

کائنات کا کوئی کنارہ نہیں' زندگی کی کوئی انتہا نہیں' جب سے انسان عقل کی دولت لے کر کرۂ ارض پر وارد ہوا ہے اور عقل و علم کی بدولت اشرف المخلوقات بنا ہے' سیکھنے کا عمل جاری ہے۔ علم ایک گہرا سمندر ہے' ہم اپنی زندگی میں اس کے کسی کنارے پر چند سیپیاں اور کنکریاں ہی چن سکتے ہیں۔ اس میں کیا کچھ ہے' انسان کی لاکھوں برس کی زندگی میں ابھی تک کچھ معلوم نہیں ہوا۔ سیکھنے کے عمل کیلئے عمر کی کوئی خاص منزل مقرر نہیں۔ یہ سمجھنا کہ ہم نے روزگار پالیا ہے اور کاروبار سنبھال لیا ہے' اب مزید سیکھنے کی کوئی ضرورت نہیں' ایک بہت بڑی غلطی ہے۔ اسی طرح یہ سمجھنا کہ ہم ادھیڑ عمر میں داخل ہوگئے ہیں یا بڑھاپے میں قدم رکھ دیا ہے اور اب کچھ سیکھنے کا کیا فائدہ' ایک بڑی غلط فہمی ہے۔

علم سیکھنے کیلئے بڑھاپا کوئی رکاوٹ نہیں بلکہ بڑھاپے میں سیکھنے کے عمل کو جاری رکھنا دماغی قوت کو چاق چوبند رکھتا ہے۔

اپنے ذہن کو لچکدار بنائیے: سیکھنے کا عمل ایک طرح کی مہارت یا ہنر ہے' اگر آپ اس مہارت اور ہنر کو جاری رکھیں گے تو آپ کی لیاقت بڑھتی جائے گی۔ آپ دماغ کو جتنا استعمال کریں گے دماغ اور بڑھے گا۔ اس کی چستی اور وسعت میں اضافہ ہوگا۔

ورزش سے اپنی ذہانت کو بڑھائیے

دنیا کے مختلف حصوں میں ہزاروں سائنس داں ذہن کی کارکردگی بڑھانے میں مصروف ہیں۔ کیلی فورنیا میں کلیئر مونٹ میں واقع اسکرپس کالج میں ایک مطالعہ کیا گیا۔ 55 سے 99 برس کی عمر کے افراد پر مشتمل دو گروپ بنائے ایک گروپ کو ایسی ورزش کرائی گئیں۔ جن میں دماغ کی چستی کا بھی تعلق تھا۔ دوسرے گروپ نے کوئی ورزش نہیں کی۔ معلوم ہوا کہ ورزش کرنے والے گروپ کی کارکردگی ورزش نہ کرنے والے گروپ سے خاصی بہتر تھی۔ اس تحقیق کے سربراہ لوئی کلارک سن سمتھ پی ایچ ڈی نے بتایا کہ اس مطالعے کا نتیجہ یہ واضح کرتا ہے کہ جوں جوں ہم بوڑھے ہوتے ہیں' ورزش ہماری دماغی قابلیتوں کو محفوظ کرتی ہے۔ جسمانی ورزش سے خون کی گردش بڑھتی ہے اور یہ گردش دماغ تک ہوتی ہے اس لیے دماغ کو تقویت ملتی ہے۔

ذہنی ورزش بھی کیجئے: جسمانی ورزش کے ساتھ ساتھ ذہنی ورزش بھی کیجئے۔ مختلف قسم کی سرگرمیوں میں حصہ لیجئے۔ کسی مباحثے مین حصہ لیجئے۔ کسی مشکل مسئلے کے ممکن حل تلاش کیجئے۔ وہ کتابیں جن کو پڑھنے کی آپ کی آرزو ہے' پڑھیے۔ جو کام آپ کرنا چاہتے تھے وہ نہیں کرسکے وہ کیجئے مثلاً پودوں کی چھانٹ کانٹ' رنگوں کے ناموں کی فہرست بنانا وغیرہ وغیرہ۔۔۔

تعمیری اور تخلیقی کاموں میں حصہ لیجئے: جن کاموں سے آپ کو دلچسپی ہے ان میں قابل ذکر کام کر ڈالیے۔ اپنے علاقے یا اپنے ملک میں پائے جانے والے پرندوں کی تفصیل لکھ ڈالیے۔ کیڑوں' مکوڑوں اور مکھیوں کی فہرست بنادیجئے۔ کسی فلسفی کی کسی مشہور کتاب کا خلاصہ تیار کیجئے۔ آپ کو جو تحریریں اچھی لگتی ہیں ان کی ایک تحریری کتاب بنادیجئے۔ یاد رکھیے! آپ جو سرگرمی شروع کریں گے اس میں آپ بے شمار نئی باتیں سیکھیں گے اور اس کام میں آپ کو حقیقی خوشی حاصل ہوگی۔

اپنے کام کو پورا وقت دیجئے: جلدی نہ کیجئے! جو سرگرمی آپ نے پسند کی ہے اس کو پورا وقت دیجئے۔ سیکھنے کا عمل ترتیب سے ہوتا ہے۔ سیکھنے کے عمل میں کارگزاری رفتہ رفتہ بڑھتی ہے۔ سیکھنے کے عمل کی تکمیل سچی خوشی کا باعث بنتی ہے۔

اپنی آزمائش بھی کیجئے: زندگی میں وہی کامیاب ہوتا ہے جو زندگی کے چیلنج کو قبول کرتا ہے۔ اپنے سیکھنے کے عمل کی آزمائش کیجئے۔ اس کیلئے آپ کو کسی امتحان دینے کی ضرورت نہیں۔ صرف یہ دیکھئے کہ آپ کتنے پانی میں ہیں۔ ہر چیلنج میں آپ کے ذہن کی تمام قوتیں شامل ہوتی ہیں۔ یادداشت' موافق اور مخالف دلائل' قوت فیصلہ' ان کاموں کیلئے آپ کا ذہن مستعدی سے کام کرتا ہے۔ دراصل آزمائش سے آپ کے ذہن کو مستعد کرنا مقصود ہے۔

سیکھنے کے عمل کی سچی خوشی: ایک چھوٹا بچہ یہ جانتا ہے کہ اس کا باپ شام کو گھر واپس آتا ہے۔ کبھی وہ خود اور کبھی اس کی ماں اس کو کہتی ہے' جاؤ دروازے پر جاکر دیکھو' ابو آرہے ہیں یا نہیں۔ وہ دو تین بار گیا' دیکھا مگر اس کا باپ نہیں آیا۔ وہ بددل نہیں ہوا۔ اس نے اس کام کو بند نہیں کیا۔ آخر چوتھی بار جب وہ دروازے پر پہنچا تو دیکھا کہ اس کا باپ آرہا ہے۔ کیا ہوا۔۔۔؟؟؟ سچی خوشی کی سچی مسکراہٹ اس کے معصوم چہرے پر پھیل گئی۔ اس کی آنکھوں میں چمک آگئی۔ ابو نے آتے ہی اسے اٹھایا تو یہ اس کی خوشی کی انتہا تھی۔

سیکھنے ہر عمل میں آپ کو سچی خوشی حاصل ہوگی جو آپ کے دل میں سرور اور ذہن میں سکون لائے گی جو آپ کی صحت کو بہتر سے بہتر بنائے گی۔ اس عمل ہمیشہ جاری رکھئے۔

(بقیہ: مراقبہ کے طبی و روحانی فوائد اور جدید سائنس)

سانس کے بارے میں معلومات حاصل ہوتی ہے۔ آپ ایک منٹ میں پندرہ بار ایک گھنٹے میں نو سو مرتبہ اور چوبیس گھنٹے میں 21600 سانس لیتے ہیں لیکن کبھی اس کا احساس نہیں ہوتا۔ آپ کو صرف یہ معلوم ہے کہ سانس کی آمدورفت ایک لازمی عمل ہے' سانس زندگی کی کلید ہے اور یہی سانس ارتکا اور مراقبے کی بنیاد ہے۔ دوسری اہم بات یہ ہے کہ ہمیں عمل تنفس کی مختلف ہیئتوں کا علم ہونا چاہیے جو یہ ہیں:۔ 1۔ قدرتی تنفس۔ 2۔ قدرتی تنفس سے گہری سانس۔ 3۔ پرسکون عمل تنفس۔ 4۔ تنفس میں رکاوٹ۔ آپ تنفس کی ان چار کیفیتوں کا بستر استراحت پر خود بھی جائزہ لے سکتے ہیں' آپ جب بستر پر دراز ہوتے ہیں تو آپ کا تنفس معمول کے مطابق ہوتا ہے۔ نیم خوابی کی حالت میں آپ گہرے تنفس میں ہوتے ہیں' گہری نیند میں آپ کا تنفس پرسکون حالت میں ہوتا ہے اور آپ ہلکے خراٹوں کی آواز محسوس بھی کرسکتے ہیں۔ بعض اوقات گہری نیند کی حالت میں تنفس کا سلسلہ منقطع بھی ہوجاتا ہے۔ آپ اچانک جاگ جاتے ہیں۔ تنفس کی ان چار کیفیتوں کا مشاہدہ مراقبے کے دوران بھی کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ اپنے قدرتی تنفس پر نصف گھنٹے یا اس سے زیادہ عرصے تک توجہ مرکوز رکھتے ہیں تو آپ ایک گہری کیفیت میں چلے جاتے ہیں اور آخرکار انتہائی پرسکون ہوجاتے ہیں۔ اس سلسلے میں تیسرا نکتہ سانس کی آمدورفت سے آگاہی اور جسم میں اس کی حرکات و سکنات کی محسوسات ہیں۔ چوتھا نکتہ منہ کی آواز ہے جس کا سلسلہ تنفس کے ساتھ جڑا ہوا ہوتا ہے۔ آپ مسلسل جب سانس لیتے ہیں تو سبحان اللہ والحمدللہ کی آواز نکلتی ہے اور ارتکا کی لہریں اپنے جسم میں محسوس کرتے ہیں تو اس سے آپ کو جسمانی قوت کی بحالی میں بھی مدد ملتی ہے۔

تمنا دردِ دل کی ہے تو کر خدمت فقیروں کی

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کرچکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

اسے بچپن سے کیمیا گری کا شوق تھا' جوانی میں بادشاہ بن گیا تو اس نے اپنے وزراء کو کسی کیمیا گر کی تلاش کرنے کا حکم دیا' ایک ہوشیار وزیر نے بتایا کہ ایک بہشتی بوڑھا (سقہ) یہ فن جانتا ہے' بہشتی کو طلب کیا گیا' بادشاہ نے اس سے کیمیا گری سکھانے کے لے کہا' بہشتی بولا جہاں پناہ آپ ہمارے بادشاہ ہوکر کیسے بھولی باتیں کررہے ہیں' مجھے افسوس ہے کہ ہمارے ملک کے بادشاہ کو اتنی بھی عقل نہیں کہ اگر مجھے کیمیا گری آتی تو میں کیوں پانی بھرتا پھرتا؟ بات بالکل معقول تھی' بادشاہ خود بہت شرمندہ ہوا اور وزیر پر بہت ناراض ہوا کہ اس کی حماقت کی وجہ سے بادشاہ کی ہتکی ہوئی' وزیر نے کہا کہ جہاں پناہ بہشتی کیمیا گری جانتا ہے' یہ تو تحقیق ہے مگر یہ بادشاہ کو کیمیا گری نہیں سکھائے گا' جب تک کچھ روز اس کے گھر جاکر اس کی خدمت کرکے اعتماد نہ حاصل کیا جائے' بادشاہ کو کیمیا گری کی دھن تھی' اس نے تخت وزیر کو سونپا اور بہشتی کے شہر پہنچا' سادہ سے کپڑے پہنے اور بہشتی سے بولا کہ اباجی میری گھر سے لڑائی ہوگئی ہے' یہاں مجھے کوئی آسان سی مزدوری بتادیں کہ میں بس گزارا کرسکوں' بہشتی نے نوجوان کو دیکھا بولا: بیٹا تو کسی بڑے گھر کا جوان دکھائی دیتا ہے' بس تو میرے ساتھ میرے گھر پر رہنا' مجھے دو روٹیاں ملتی ہیں ایک تو کھالیا کرنا' بادشاہ کو دھن تھی' بہشتی بوڑھے کے یہاں رہنے لگا' بہشتی پانی بھر کر مزدوری کرکے آتا تو یہ اس کے گھر کی صفائی کرتا اور خوب خدمت کرتا' کبھی اس کے پاؤں دباتا' کبھی بدن دباتا' ایک ماہ تک بادشاہ بوڑھے بہشتی کے یہاں رہا اور دیکھتا رہا' وہ ٹوہ میں لگا رہا کہ کب بوڑھا بہشتی کیمیا بناتا ہے لیکن بہت ٹوہ کے باوجود اسے کوئی آثار کیمیا گری کے نہیں ملے' اسے وزیر پر پھر بہت غصہ آیا کہ اس کی حماقت کی وجہ سے ایک ماہ مجھے بوڑھے کی خدمت بھی کرنی پڑی' مایوس ہوکر اس نے بوڑھے سے کہا: اباجی مجھے گھر والے یاد آرہے ہیں اب میں گھر جانا چاہتا ہوں' بوڑھے نے کہا بیٹا بہت اچھا' تم نے بہت خدمت کی ہے' تم شریف خاندان کے جوان معلوم ہوتے ہو' مجھے ایک فن آتا ہے' میں کیمیا گری جانتا ہوں' میں تمہیں وہ سکھا دیتا ہوں' تمہارے بہت کام آئے گا' بادشاہ نے کہا میرے گھر سب کچھ ہے' مجھے اس کی ضرورت نہیں مگر بوڑھے نے اصرار کیا بیٹا سیکھ لو' سیکھنے میں کیا حرج ہے' بنانا نہ بنانا تمہیں اختیار ہے۔ بوڑھے نے بادشاہ کو کیمیا گری سکھائی' بادشاہ دربار میں پہنچا اور بوڑھے بہشتی کو طلب کیا' اس نے کہا تم تو یہ کہہ رہے تھے کہ مجھے کیمیا گری نہیں آتی' بہشتی جواب بادشاہ کو پہچان رہا تھا ہنس کر بولا: کیمیا گری تو مجھے پہلے بھی آتی تھی مگر حضور! کیمیا گری کا اصول یہ ہے کہ یہ بغیر پاؤں دبائے نہیں آسکتی' بادشاہ بوڑھے کے جواب سے خوش ہوا۔

بات بالکل سچ ہے کوئی بھی فن کسی صاحب فن کی خدمت کے بغیر نہیں آتا' جب معمولی دنیوی فنون کا یہ حال ہے تو اللہ کا دین' اس کا علم' اس کی معرفت کس طرح بغیر خدمت کے حاصل ہوسکتی ہے' کسی نے کیا خوب کیا ہے:۔

تمنا دردِ دل کی ہے تو کر خدمت فقیروں کی
نہیں ملتا یہ گوہر بادشاہوں کے خزینہ میں

روحانی پھکی سے موٹاپے کا علاج

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں پٹھوں کی کمزوری اور جسمانی دردوں میں مبتلا تھی' مجھے ایک بہن نے روحانی پھکی استعمال کرنے کیلئے دی اور طریقہ یہ بتایا کہ شہد میں ملا کر چھوٹی گولیاں بنا کر استعمال کریں۔ میں نے کچھ عرصہ استعمال کی تو دردوں میں 80 فیصد تک افاقہ ہوگیا ہے' اب تو جیسے مجھے روحانی پھکی کی عادت سی ہوگئی ہے' بے حد مزیدار لگتی ہے' دل چاہتا ہے ہروقت کھاتی جاؤں' پھر شہد کے بغیر تقریباً 3-4 چھوٹے چمچ پھکی کے کھاتی رہی' کچھ ماہ بعد میری رشتہ دار اور ہمسائیوں نے کہنا شروع کردیا کہ تم دبلی ہورہی ہو' میں نے وزن کروایا تو پانچ کلو تک کم ہوگیا' خود میں نے محسوس کیا کہ میرے جسم کا بھاری پن ختم ہوگیا اور فالتو چربی بھی کم ہوئی' میں بہت زیادہ دبلی ہوئی تو کسی بیماری کا خیال آیا' مکمل ٹیسٹ کروائے تو صرف H.B تھوڑا سا کم تھا جو کہ چند دن ''ستر شفائیں'' استعمال سے ٹھیک ہوگیا۔ (مسز نزہت توفیق' لاہور)

احتلام وقبض کا مفت علاج

ایسا نسخہ بتارہا ہوں کہ جس کے بارے میں آپ نے سوچا بھی نہیں ہوگا کیونکہ اس سے مریض بغیر پیسوں کے ٹھیک ہوجاتے ہیں

گوہانجنی کی تکلیف کا علاج: ایک دن میں اپنے بھائی کے گھر گیا' وہاں پر ابھی بیٹھا ہی تھا کہ میری بھابی مجھے کہنے لگی کہ تیری بھتیجی کو آنکھ پر گوہانجنیاں نکلتی ہیں ایک ابھی مردہ نہیں ہوتی کہ دوسری نکل آتی ہے ہم تو بہت پریشان ہیں۔

میں نے کہا کہ چلو عصر کے بعد میرے سے دم کروانا عصر کے بعد وہ میرے پاس پہنچ گئی۔ میں نے اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ اور بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھنے کے بعد تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر لَا تُبْقِیْ وَلَا تَذَرُ ﴿المدثر ۲۸﴾ سانس بند کرکے 7 مرتبہ پڑھ کر دم کیا' دن میں تین مرتبہ ایسا کیا اللہ تعالیٰ نے کرم کیا وہی گوہانجنی وہیں پر سوکھ گئی اور دوبارہ پھر کبھی نہیں ہوئی۔

احتلام وقبض کا مفت علاج: آج میں ایک ایسا نسخہ بتارہا ہوں کہ جس کے بارے میں آپ نے سوچا بھی نہیں ہوگا کیونکہ اس سے مریض بغیر پیسوں کے ٹھیک ہوجاتے ہیں یہ نسخہ بہت ہی آسان سا ہے۔ مثلاً آپ کو قبض ہے اور آپ پریشان ہیں کہ یہ ٹھیک نہیں ہورہی۔ آپ کو سالہا سال سے دائمی قبض ہو یا بواسیر چاہے خونی ہو یا بادی' پیٹ میں ہوا ہوجاتی ہے کھایا پیا ہضم نہیں ہوتا' پیٹ بھاری رہتا ہے' تبخیر ہے' دائمی سردرد رہتا ہے اور وہ بھی اس طرح کہ سر پھٹنے لگتا ہے۔ نسخہ حاضر ہے: آپ جب صبح اٹھیں تو ضروری حاجات سے فارغ ہوکر پانی پئیں اس طرح پانی پینا ہے کہ منہ بھی نہیں دھونا اور کلی بھی نہیں کرنی' یعنی منہ دھوئے بغیر اور کلی کیے بغیر چار گلاس بڑے پانی پئیں اگر چار گلاس نہ پی سکیں تو دو گلاس سے شروع کریں اور بڑھا کر چار گلاس تک لے آئیں۔ سائیڈ ایفیکٹ کوئی نہیں ایک دو بار پیشاب جلدی آئے گا۔ کھانا ایک گھنٹے بعد کھائیں اور کھانے کے بعد ایک گھنٹے تک پانی نہ پئیں۔ انشاء اللہ آپ کو فائدہ ہوگا۔ مسلسل ریشہ' نزلہ وزکام' بلغم اور دمہ والے مریض بھی آزمائیں انشاء اللہ فائدہ ہی فائدہ ہے۔ (ص 57)

مزید کمالات جاننے کیلئے درج ذیل کتاب کا مطالعہ کریں:۔

''گھریلو الجھنوں سے چھٹکارا پانے والے''

(بندشوں کا توڑ اور روحانی ایٹم بم)

مقبول عبادات' فضائل' طبی وروحانی نسخے اور آزمودہ ٹوٹکے اور بہت کچھ۔۔۔۔ اس کتاب میں پڑھیں!

آئیے! منی گرین ہاؤس سجائیں

اس چھوٹے سے باغیچے کے ذریعے گھر کے تمام افراد باغبانی جیسے صحت مند مشغلے میں بھرپور حصہ لے سکتے ہیں۔ اسے اپنی آسانی کے مطابق بالکونی' چھت' ٹیرس یا راہداری میں بھی رکھا جاسکتا ہے۔

اپارٹمنٹس میں رہنے والے اپنا شوق بالکونی یا کھڑکیوں میں گملے یا لٹکنے والے مختلف شکلوں کے چھوٹے پلانٹرز میں منی پلانٹ یا پھولوں والی بیلیں لگا کر پورا کرتے ہیں۔

اگر آپ بھی اپارٹمنٹ میں رہتے ہیں اور باغبانی سے شغف رکھتے ہیں مگر جگہ کی کمی کے باعث بڑے پودے یا گملے نہیں رکھ سکتے تو آپ بالکونی میں یا چھت پر ''منی گرین ہاؤس'' بناسکتے ہیں۔ یہ چھوٹا سا باغیچہ آپ کے شوق کی تسکین بھی کرے گا اور گھر کی رونق بھی بڑھائے گا۔

یوں تو یہ مغربی ممالک کی ایجاد ہے مگر ہم ایشیائی بھی ان کی اس مفید کاوش سے فائدہ اٹھاسکتے ہیں۔ اس کی تعمیر آسان ہے' آرائش میں حسن لطافت ہے' گھریلو معیشت پر بوجھ بھی نہیں اور بچوں کیلئے بھی یہ بہترین مشغلہ ثابت ہوسکتی ہے خاص طور پر چھٹیوں کے دنوں میں اسے صحت مند اور بامقصد سرگرمی بنایا جاسکتا ہے۔ ''منی گرین ہاؤس'' کی تیاری کا مرحلہ صرف پہلی بار محنت اور وقت طلب ہوسکتا ہے مگر اس کے بعد آپ اس چھوٹے سے ہرے بھرے باغیچے میں اپنی پسند کے پھول' پودے اور سبزیاں بھی اگاسکتی ہیں۔ اس کی تیاری بھی ایک دلچسپ مرحلہ ہے۔

آپ چاہیں تو لکڑی کی پرانی الماری کے کیبنٹس جو ناکارہ سمجھ کر سٹور روم میں رکھ دیئے گئے ہیں ان کو بھی اس مقصد کیلئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ پرانے کاٹھ کباڑ کا جائزہ لیں اور ایسی کوئی کیبنٹ کوڑیوں کے دام بیچنے کے بجائے منی گرین ہاؤس بنانے کے مصرف میں لے آئیں۔ ان الماریوں کے دروازے اور پیچھے کے پٹ بھی بڑھئی سے نکوالیں اس طرح دونوں طرف سے سورج کی روشنی اور ہوا کا گزر ہوگا۔ ان الماریوں میں وہ پودے رکھیں جنہیں سورج کی روشنی کی زیادہ ضرورت نہیں ہوتی مثلاً انڈور پلانٹس۔۔۔

مختلف بوتلوں کے علاوہ استعمال شدہ گتے کے ڈبے بھی سنبھال کر رکھیں' یہ بھی اس منی گرین ہاؤس کی آرائش میں کام آئیں گے۔ لوہے کی باریک تار والے ہینگرز کو یو ''U'' کی شکل میں موڑ لیں' ہینگر کے اوپر اور نیچے والے حصے جس پر کپڑے لٹکائے جاتے ہیں' اسٹیل کٹر سے کاٹ لیں۔ اب ایک سیدھا تار باقی رہ جائے گا جسے باآسانی U شیپ میں موڑا جاسکتا ہے۔ یہ موڑا ہوا ہینگر گتے کے ڈبوں کیلئے چھت کا کام کرسکتا ہے۔ گتے کے ڈبوں میں پلاسٹک کاٹ کر اندر کی طرف سے بچھادیں اور کونوں کے ڈبے میں چاروں طرف سے ماسکنگ ٹیپ سے چپکادیں تاکہ پلاسٹک کو بار بار درست نہ کرنا پڑے۔ اب اس ڈبے میں کھاد ملی مٹی بھر دیں۔ ڈبے کی گہرائی زیادہ ہونی چاہیے اور مٹی کا بھراؤ چھ انچ سے زیادہ ہی کریں۔ پلاسٹک موٹا ہونا چاہیے تاکہ پانی اور نم مٹی گتے کے ڈبے کو خراب نہ کرسکے۔ اگر ڈبے کا سائز بڑا ہے تو ایک سے زائد اقسام کے بیج ڈالے جاسکتے ہیں مگر ایک ڈبے میں ایک ہی قسم کے بیج ڈالنے سے نتائج زیادہ بہتر مل سکتے ہیں۔ اس منی گرین ہاؤس کی چھت بنانے کیلئے یو شیپ ہینگر استعمال کریں اور اس پر ہلکا پلاسٹک یا ہلکے رنگوں والے پولیتھین بیگ لگادیں۔ ہر ڈبے کے باہر اس میں ڈالے گئے متعلقہ بیج کا نام اور بونے کا دن' تاریخ اور وقت لکھ دیں یہ یاددہانی کیلئے بہترین طریقہ ہے۔ پودوں کو بے وقت اور بے تحاشہ پانی کی ضرورت نہیں ہوتی اور اتنا کم پانی نہ ڈالیں کہ صرف مٹی کی اوپری سطح نم نہ ہو اور بیجوں تک پانی پہنچ ہی نہ پائے۔ سبز رنگ کا شیڈ جسے خاص طور پر پودوں کو دھوپ سے بچانے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے اسے لکڑی یا لوہے سے بنے ڈول ہاؤس نما ڈھانچے کے اوپر چڑھا کر اپنے منی گرین ہاؤس میں مزید جدت پیدا کرلیں۔ اس کے فریم کیلئے لکڑی' ایلومینیم اور سٹیل بھی استعمال کیا جاتا ہے جبکہ اس فریم کے اطراف کو کور کرنے کیلئے پلاسٹک شیٹ اور فائبر بھی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ یہ اہتمام اس لیے کیا جاتا ہے تاکہ پودوں کی نمی برقرار رہے اور سورج کی مضر شعاعوں سے بھی بچاؤ ممکن ہوسکے۔ منی گرین ہاؤس نے باغبانی کو ایک علیحدہ شعبے میں تبدیل کردیا ہے۔ یہ دور جدید میں سہولت اور جدت کا نیا امتزاج بن کر سامنے آیا ہے۔ اس چھوٹے سے باغیچے کے ذریعے گھر کے تمام افراد باغبانی جیسے صحت مند مشغلے میں بھرپور حصہ لے سکتے ہیں۔ اسے اپنی آسانی کے مطابق بالکونی' چھت' ٹیرس یا راہداری میں بھی رکھا جاسکتا ہے۔ گھر کی بے رونقی دور کرنے کے ساتھ ساتھ ماحولیاتی آلودگی سے تحفظ اور بینائی کیلئے ایسا مجرب نسخہ کسی بھی نعمت سے کم نہیں۔

(بقیہ: اب بھی دنیا میں ایسے لوگ ہیں)

زود بیاں اور زیار کی محفل سدا آباد رہے، اخلاص اور خلوص میں چاشنی مزید بڑھتی جائے ایسے لوگ ہی ہوتے ہیں جو امت کیلئے سرمایہ افتخار اور کڑے وقت میں صحیح رہبر۔ تیسری شخصیت جس نے واقعی مجھے بہت زیادہ متاثرہ کیا وہ حاجی مسعود پاریکھ ہیں۔ کراچی کی ایک باوقار سوسائٹی میں مقیم ہیں۔ صاحبزادہ صاحب کے توسط سے ملاقات ہوئی' موصوف کا ایڈیٹر سے ملاقات کا دیرینہ اشتیاق تھا' ساٹھ سال کے تھے لیکن ماشاءاللہ نظر نہیں آتے تھے۔ اللہ تعالیٰ انہیں نظر بد سے محفوظ رکھے اور ان کی جان مال کی ہمیشہ حفاظت فرمائے۔ شاید غرباء' مساکین' دین اور دین داروں کی خدمت نے انہیں چالیس پینتالیس سال کی عمر میں واپس پہنچا دیا ہے۔ واقعی چاق و چوبند نظر آتے تھے۔ ہلکے پھلکے جسم اور منہ میں روایتی پان سجائے ہوئے' میں اُن کے کتب خانے میں بیٹھا کتابوں کو حیرت سے دیکھ رہا تھا' ان کی کتابوں کا انتخاب واقعی باکمال اور کتابوں کی ترتیب یقیناً بے مثال' وہ صرف کتابیں اکٹھی کرنا اور پڑھنا نہیں جانتے بلکہ کچھ زندگی کی اور خدمات میں بھی ان کا رزق حلال خرچ ہورہا ہے۔ بقول حاجی صاحب کے ہم نے کراچی میں مقدس اوراق کو جمع کرنے کی ایک ترتیب بنائی ہے جو سالہا سال سے چل رہی ہے' ایک سو چار ڈبے پورے شہر میں نصب ہیں' ایک گاڑی ہے جو وقفے وقفے سے وہ اوراق اکٹھے کرتی ہے پھر اس کی باقاعدہ چھانٹی ہوتی ہے' قلمی مخطوطات نادر اور نایاب کتب' قرآن' بائبل ہر مسلک کی کتابیں اس میں سے ملتی ہیں۔ بالکل سیل بند اور نئے قرآن بھی جو ہم بلوچستان اور اندرون سندھ لوگوں کو اور مساجد میں رکھواتے ہیں۔ بچوں کی کتابیں خالد دینہ ہال میں جون جولائی میں نمائش کی شکل میں بالکل فری دی جاتی ہیں۔ نادر اور نایاب کتب محفوظ کی جاتی ہیں۔ باقی مقدس اوراق کو سمندر میں پھینکنے کیلئے گٹھریاں بنا کر رسیاں باندھ کر KPT ہمیں ایک بحری جہاز دیتی ہے جو کہ بالکل فری دیا جاتا ہے۔ وہ سب مقدس اوراق سپرد سمندر کرتے ہیں۔ حاجی مسعود پاریکھ واقعی ایک درد دل رکھنے والے انسان' خلوص اور خاموشی سے بغیر کسی مسلک اور مذہب کے ہر شخص کی خدمت میں اور ہر شعبے کی خدمت میں بڑھ چڑھ کر حصہ لینے والے۔۔۔۔ شاید میری ملاقاتیں کم ہیں لیکن نہیں۔۔۔ درحقیقت ایسے لوگ بہت کم ہیں۔ حج کے دنوں میں کراچی کو ٹینو فری حاجی کیمپ لگایا جاتا ہے۔ حجاج اور ان کے ساتھ آنے والے تمام حضرات کو رہائش' کھانا ہر چیز فری دی جاتی ہے۔ ہر حاجی کو ستائیس چیزیں یعنی احرام سے لے کر قرآن پاک' حج کی کتابیں' جوتا اور مزید ضرورت کی چیزیں گفٹ کی جاتی ہیں۔ موصوف معذور بچوں کا ایک ایسا سکول چلا رہے ہیں جو صرف غرباء کے معذور بچوں کی خدمت کرتے ہیں' پینتیس لیڈیز ٹیچرز ہیں' حاجی صاحب کی اہلیہ وہ سکول چلاتی ہیں۔ بقول حاجی صاحب کے بڑے بڑے سیاسی اور مالدار لوگ ہمارے سکول میں اپنے معذور بچوں کو داخل کرانا چاہتے ہیں لیکن ہم اس لیے انکار کردیتے ہیں کہ یہ معذور بچوں کا سکول صرف ان لوگوں کیلئے ہے جن کے گھروں کی چھت نہیں۔ مزاج میں اعتدال' پرکھ' خوش اخلاقی اور معاملات کی تہہ تک پہنچنے کا خوب کمال ہے۔ اسی لیے اپلیا میمن ایسوسی ایشن فیصلہ بورڈ کے چیئرمین بھی ہیں' موصوف نے مجھے ایسے منقش اور خوبصورت قرآن پاک دکھائے جن میں ایک ''ا'' سے شروع ہوتا ہے اور دوسرا قرآن ''و'' سے شروع ہوتا ہے۔ ہر خیر کا کام ان کے ہاتھ سے ہوتا ہے اور اللہ تعالیٰ نے انہیں خیر کی چابی اور شر کا تالا بنایا ہوا ہے۔ اللہ تعالیٰ ان کی مزید حفاظت فرمائے۔

رمضان المبارک کیلئے تحریریں

جون 2014ء کا شمارہ رمضان المبارک کے حوالے سے خاص تحریروں سے مزین ہوگا۔ ابھی سے اپنی تحریریں فوراً ارسال کریں تاکہ بروقت شامل اشاعت ہوسکیں اور آپ کا بھی اس کارخیر میں بھرپور حصہ ہوسکے۔ (ادارہ)

بچے اب کبھی بستر پر پیشاب نہیں کرینگے

میرے پاس ایک چھوٹا سا نسخہ ہے جس کو میں نے کئی لوگوں کو بتایا سب کو ہی فائدہ ہوا نسخہ درج ہے۔ حوالشافی: اگر کسی کو درد ی ہو تو گیلی کیکر کی لکڑی چولہے میں لگادیں اس کے پیچھے سے پانی نکلے گا' دردی پر لگادیں۔ ایک دفعہ ہی لگانے سے دردی ختم ہوجاتی ہے

بواسیر کا آزمایا بالکل مفت ٹوٹکہ

(محمد آصف محمود' کنڈیارو)

عبقری رسالہ اپنی مثال آپ ہے اور بندہ بھی مستقل اس کا قاری ہے' اصل میں عبقری رسالہ میں جو مضامین ہیں بہت زبردست ہیں اور اس کے علاوہ جو ٹوٹکے لکھے ہوتے ہیں وہ اپنی مثال آپ ہیں کیونکہ سستے ہوتے ہیں اور ان کی افادیت بہترین ہوتی ہے۔ عبقری رسالہ میں ایک ٹوٹکہ لکھا ہوا آیا تھا بواسیر کیلئے۔ بندہ کا ایک دوست ہے تقریباً اس کی عمر 25 سے 28 سال کے درمیان ہے۔ باتوں باتوں میں پتہ چلا کہ اسے بواسیر کا مرض ہے اور اجابت کے بعد خون بہت زیادہ آتا ہے میں نے اسے عبقری کا ٹوٹکہ بتایا تو پہلے تو وہ صاحب ہنسے اور پھر بولے علاج تو بہت کروا رہا ہوں چلو مفت کی چیز ہے کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ پھر کچھ دن انہوں نے وہ ٹوٹکہ آزمایا اور بندہ سے ملے تو پوچھنے پر پہلے تو ہنسے اور کہنے لگے لاجواب ٹوٹکہ ہے' اتنا فائدہ ہوگا مجھے یقین نہ تھا۔ پہلے تو مرچ سے بہت خوف آتا تھا لیکن اب مرچ بھی استعمال کر رہا ہوں اور بالکل ٹھیک ہوں کوئی پریشانی نہیں۔ طریقہ ٹوٹکہ: صبح بڑے پیشاب کے وقت جو چھوٹا پیشاب آتا ہے اس کو کسی بوتل میں جمع کرلیں اور بڑا پیشاب کرنے کے بعد اُس چھوٹے پیشاب سے استنجا کرلیں پانی استعمال نہ کریں' آزمائیں لاجواب فائدہ ہوگا۔ (ٹوٹکہ کرنے کے آدھا گھنٹہ بعد پاک پانی سے متعلقہ جگہ کو اچھی طرح دھو کر پاک کرلیں۔)

نکسیر کیلئے آزمودہ نسخہ

(منور' ملتان)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! دو عدد نسخے لکھ رہا ہوں جو میرے آزمودہ ہیں اور بہت لوگوں کو بتایا اور بہت فائدہ مند ثابت ہوئے۔ نسخہ نمبر 1: چنے کی دال ایک چھٹانک رات کو دو پاؤ پانی میں بھگو دیں۔ صبح وہ دال کا پانی ذرا سی مصری ملا کر پی لیں۔ چند روز مستقل استعمال کرنے کے بعد کبھی نکسیر نہیں آئے گی۔

ہائی بلڈ پریشر کیلئے بے نظیر نسخہ: پندرہ بیس پتے پودینہ کے (خشک یا تازہ) مٹی کے پیالہ میں رات کو بھگودیں اور صبح وہ پانی نہار منہ پی لیں' ہائی بلڈ پریشر کیلئے بے نظیر نسخہ ہے۔

بچے اب بستر پر پیشاب نہیں کریں گے

(مقبول الرحمٰن' ایبٹ آباد)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! امید ہے مزاج گرامی بخیریت ہوں گے' بندہ ناچیز آپ کے ہاں 17 نومبر 2011ء بروز جمعرات ملاقات کیلئے گیا تھا' عبقری کا قاری ہوں' آپ نے نبض دیکھی اور نسخہ تجویز کیا۔ ہاضم خاص' جوہر شفاء مدینہ' ستر شفائیں' اکسیر البدن' الحمدللہ! دوائی جاری ہے بمعہ مکمل پرہیز کے تیسرا مہینہ ختم ہونے کو ہے۔ قبض کا الحمدللہ آرام ہے۔ دن میں اب دو بار اجابت ہوجاتی ہے۔ محترم حکیم صاحب! بچپن میں میرا بستر پر رات کو سوتے وقت پیشاب نکل جاتا تھا' بہت علاج کرایا مگر مرض جوں کا توں رہا پھر ایک مرتبہ کسی نے بتایا کہ انار کا چھلکا پیس کر پانی کے ساتھ پئیں۔ میں نے صبح و شام ایک ایک کپ چھلکے کا پانی پیا تو مجھے آرام آگیا۔

دھدری کا آسان اور مفت علاج

(محمد علی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کا پرانا قاری ہوں میری عمر 60 سال ہے۔ کچھ عرصہ قبل میں بیمار ہوگیا' ڈاکٹروں نے چیک کرکے بتایا کہ آپ کا دل بڑھ رہا ہے۔ یہ سات ماہ قبل کی بات ہے۔ میں نے خود ہی آپ کی دوائی ''ستر شفائیں'' کھانا شروع کردی جس سے مجھے بہت افاقہ ہے۔ محترم حکیم صاحب! میرے پاس ایک چھوٹا سا نسخہ ہے جس کو میں نے کئی لوگوں کو بتایا سب کو ہی فائدہ ہوا نسخہ درج ہے۔ حوالشافی: اگر کسی کو دھدری ہو تو گیلی کیکر کی لکڑی چولہے میں لگادیں اس کے پیچھے سے پانی نکلے گا' دھدری پر لگادیں۔ ایک دفعہ ہی لگانے سے دھدری ختم ہوجاتی ہے۔

یرقان کا مولی سے کامیاب آزمودہ علاج

(محمد سلیم' کراچی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کی عزت' زندگی' جان و مال میں برکت فرمائے۔ حکیم صاحب! میں تقریباً ڈیڑھ سال سے ماہنامہ عبقری پڑھ رہا ہوں' پڑھ کر دلی خوشی ہوتی ہے۔ جس طرح آپ خدمت خلق میں مصروف ہیں اللہ کرے آپ جیسے ہزاروں اس ملک وقوم کی زینت بنیں۔ محترم حکیم صاحب! مجھے تقریباً پچھلے دو سال سے یرقان تھا' انجکشن لگوائے' دیسی ادویات بھی استعمال کیں مگر افاقہ نہ ہوا۔ پھر میں نے اپنے شہر میں ایک مشہور حکیم سے علاج کروانا شروع کیا جس سے مجھے کچھ افاقہ ہوا۔ اس دوران مجھے ایک کتاب ملی جس میں یرقان کا آزمودہ علاج لکھا ہوا تھا کہ مولی کا پانی ایک کپ لے کر اس میں شکر ملا کر صبح نہار منہ پئیں' یہ علاج کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے کرنا ہے۔ جب میں نے یہ نسخہ پڑھا تو میں نے حکیم صاحب کی ادویات چھوڑ دیں کیونکہ وہ بہت مہنگی تھیں، میں نے مولی کا علاج شروع کیا تو میں 90 فیصد ٹھیک ہوگیا۔ پھر میں نے یہ علاج بہت سے دوسرے لوگوں کو بتایا الحمدللہ سب کو فائدہ ہوا۔

جوڑوں کے درد کیلئے آسان ترین نسخہ

(سید اجمل حسین گیلانی' راولپنڈی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے لاہور میں تعلیم حاصل کی ہے' آپ کا رسالہ بھی پڑھتا ہوں اور آپ کی کتابیں بھی پڑھ چکا ہوں۔ آپ کی ایک کتاب جس کا نام مجھے اب یاد نہیں اس میں جوڑوں کے درد کا نسخہ جو اجوائن' کلونجی اور آک کی جڑ ہموزن لیکر پیس لیں' صبح و شام نیم گرم دودھ کیساتھ آدھا چمچ استعمال کریں۔ کئی لوگوں کو استعمال کرایا اور الحمدللہ کافی لوگوں نے دعاؤں سے نوازا ہے۔

درس سے فرسٹ پوزیشن

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! امتحان سے 4 ماہ پہلے اکیڈمی جاتے ہوئے موٹر سائیکل پر میرا ایکسیڈنٹ ہوگیا جس سے میری ٹانگ کی ہڈی فیکچر ہوگئی' مجھے ٹھیک ہونے میں تقریباً تین ماہ لگے ان دنوں میں میں نے اپنی پڑھائی کی طرف بالکل بھی توجہ نہ دی' جب کچھ چلنے کے قابل ہوا تو میرے امتحان سر پر تھے اور میری تیاری کچھ بھی نہ تھی' حتیٰ کہ میرے کچھ اساتذہ نے کہہ دیا کہ تم اس دفعہ پیپرز نہ دو تمہارا سال ضائع ہوچکا تم اگلے سال کیلئے تیاری شروع کردو۔ لیکن میرے ایک دوست نے مجھے مشورہ دیا کہ تم پیپرز دو اور میرے ساتھ ہر جمعرات درس روحانیت و امن سننے چلا کرو اور درس کے بعد دعا کرو اللہ کرم کردے گا' میں نے دن رات ایک کرکے تیاری کی اور ساتھ میں ہر جمعرات درس سننے جاتا اور دعا کرتا' پیپرز آئے گزر گئے لیکن جب رزلٹ آیا تو میں کیا سب حیران رہ گئے کیونکہ میری پوزیشن فرسٹ تھی۔ (محمد احمد' لاہور)

قرض' مرض اور ہر مشکل سے یقینی نجات

ایک دن مجھے کسی بہن نے بتایا کہ گھروں میں جھگڑوں سے بچنے کیلئے ہروقت یَاوَدُوْدُ یَاسَلَامُ پڑھتے رہیں۔ میں نے یہ دونوں اسم ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھنا شروع کردیئے۔ الحمدللہ! جب سے یہ وظیفہ شروع کیا ہے ہمارے گھر میں سکون ہے

سر درد یا جسم کے کسی حصے کے درد کیلئے

(مبارک علی' چکوال)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! بندہ ناچیز کو ایک خاتون سے دو چیزوں کی اجازت ملی تھی' عبقری کے قارئین کیلئے حاضر خدمت ہیں:۔

سر درد یا جسم کے کسی حصے کے درد کیلئے: سورۂ فاتحہ 7 مرتبہ اول و آخر 11 مرتبہ درود پاک مگر سورۂ فاتحہ بغیر آمین کے پڑھ کر دم کریں اور مریض سے کیفیت پوچھیں اگر آرام آجائے تو ٹھیک ورنہ دو یا تین دفعہ اس عمل سے اللہ اپنا کرم اور فضل کرکے آرام دے دیتے ہیں۔ بہت آزمودہ ہے۔

یرقان کیلئے: اول و آخر گیارہ مرتبہ درود پاک اور سات مرتبہ سورۂ فاتحہ اور سورۂ فلق پانی پر دم کرکے دیں اور وہی پانی پلائیں جب تک کہ مریض ٹھیک نہ ہوجائے کچھ حسب توفیق صدقہ کریں۔ پانی ختم ہوجائے تو اور تازہ دم کردیں' آزمودہ ہے۔ ایک آفس کے ڈرائیور کو دم کرکے دیتا رہا الحمدللہ آج وہ بالکل ٹھیک ہے۔ دونوں اعمال کی اجازت ہے۔

طب نبوی ﷺ سے صحت مند زندگی

(محمد وارث' راولپنڈی)

حضور نبی اکرم ﷺ کا ارشاد پاک:۔

☆ کھانا ہاتھ دھو کر' داہنے ہاتھ سے بسم اللہ پڑھ کر شروع کریں۔ ☆ نظام انہضام کی بہتری کیلئے ہفتہ میں دو روزے رکھیں۔ ☆ مریض کے پاس بیٹھ کر کھانا نہ کھائیں۔ ☆ تکیہ لگا کر اور کھڑے ہوکر کھانے سے بدہضمی ہوتی ہے۔ ☆ کھانا ٹھنڈا کرکے کھاؤ' گرم کھانے سے معدہ کمزور ہوتا ہے۔ ☆ لیموں' شہد کے ساتھ نہار منہ کھانے سے دماغ کو طاقت ملتی ہے۔ ☆ کھانا ٹھنڈا کرنے کیلئے اس میں پھونک نہ مارو۔ ☆ اکیلے کھانا نہ کھاؤ۔ ☆ کھانا کھانے کے بعد خلال کرو ورنہ دانت کمزور ہوجاتے ہیں۔ ☆ دسترخوان پر گری ہوئی چیز اٹھا کر کھانے سے رزق میں فراغی ہوتی ہے۔ ☆ انجیر کھانے سے انسان مرض قولنج سے محفوظ رہتا ہے۔ ☆ زیتون کھایا کرو اور زیتون کے تیل کی مالش کیا کرو۔ ☆ رات کو کھانا نہ کھانے سے بڑھاپا جلد آتا ہے۔ ☆ لوکی یعنی کدو کھایا کرو یہ دل و دماغ کو قوت بخشتا ہے۔ ☆ تبخیر معدہ کیلئے کھیرا' مولی' گاجر' ٹماٹر کھایا کرو۔ ☆ دودھ بہترین غذا ہے۔ ☆ زیادہ عرصہ صحت مند رہنے کیلئے صبح اور رات کھانا باقاعدگی سے کھایا کرو۔ ☆ لہسن کا استعمال بیماریوں سے نجات دلاتا ہے۔ ☆ کھانے کے فوراً بعد سونے سے دل میں سختی آجاتی ہے۔ ☆ روٹی شوربہ میں بھگو کر کھایا کرو' اس سے دل و دماغ کو تقویت ملتی ہے۔ ☆ کھانا کھانے کے بعد الحمدللہ کہو' پانی کھانا کھانے سے پہلے اور درمیان میں پئیں۔

بے برکتی و کند ذہنی کا علاج

(والدہ محمد یوسف' ہارون آباد)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ایک سوانح حیات میں نحوست کے علاج کے سلسلہ میں ایک واقعہ لکھا ہے کہ مقامی کالج کے ایک پروفیسر مجھے ملنے آگئے میں نے ان کو بتایا کہ نحوستوں نے مجھے گھیر رکھا ہے' کہیں جاتا ہوں ناکام لوٹتا ہوں سفر کرتا ہوں تو شاذ و نادر ہی منزل پر پہنچتا ہوں۔ انہوں نے فرمایا کہ کئی اللہ والوں نے اس صورت حال کا علاج لکھا ہے ان میں حضرت امام جعفر صادق رحمۃ اللہ علیہ بھی شامل ہیں۔ علاج کا خاصا یہ ہے کہ اپنے نام کے اعداد ابجد کے حساب سے نکالو پھر خدا کے ناموں میں سے ایک' دو یا تین ایسے ناموں کا انتخاب کرو جن کے اعداد کا میزان وہی ہو جو تمہارے نام کا ہے پھر ان ناموں کا ورد کرو' بے برکتی دور ہوجائے گی۔ میں نے یہ علاج سب سے پہلے خود آزمایا اور اس کے بعد تقریباً آٹھ ہزار آدمیوں کو بتایا سب نے اسے بہت مفید پایا۔

کند ذہنی کا علاج: کسی بزرگ نے فرمایا جن کا نام مجھے یاد نہیں جو بچے کند ذہن ہوں انہیں صبح نہار منہ پہلے بادام کی ایک گری' دوسرے دن دوسری پھر تیسرے دن تیسری حتیٰ کہ 40 دن تک ایک ایک گری تعداد میں بڑھاتے جائیں چالیس دن بعد ایک ایک گری کم کرتے جائیں حتیٰ کہ ایک گری تک واپس آجائیں یہ صبح نہار منہ کرنا ہے۔ بادام کو رات کو کچے مٹی کے برتن میں بھگونا ہے اور چھلکا اتار کر کھانا ہے۔

خونی بواسیر کا علاج: عشاء کے وتروں میں پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ کافرون' دوسری رکعت میں اذا جاء' تیسری رکعت میں تبت یدا پڑھیں۔ انشاء اللہ اللہ تعالیٰ ضرور شفاء عطا فرمائیں گے۔

موشن کا علاج: اگر کسی کو موشن کی تکلیف ہو تو آم کی گٹھلی میں جو گری ہوتی ہے اس کو نکال کر توے پر بھون لیں' اس کا پاؤڈر بنا کر پانی کے ساتھ پی لیں۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

گھروں میں جھگڑے فساد سے نجات

(س۔ت)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے گھر میں اکثر جھگڑے اور فساد ہوتے رہتے تھے' جس کی وجہ سے سارے گھر والے بڑے پریشان تھے' گھر میں ہروقت چھوٹی چھوٹی باتوں پر بڑے بڑے جھگڑے ہوتے۔ ایک دن مجھے کسی بہن نے بتایا کہ گھروں میں جھگڑوں سے بچنے کیلئے ہروقت **یَاوَدُوْدُ یَاسَلَامُ** پڑھتے رہیں۔ میں نے یہ دونوں اسم ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھنا شروع کردیئے۔ الحمدللہ! جب یہ وظیفہ شروع کیا ہے ہمارے گھر میں سکون ہے اور جھگڑے کافی حد تک کم ہوگئے ہیں۔

قرض سے نجات اور ہر مشکل کے حل کیلئے

(بندہ خدا' واہ کینٹ)

مندرجہ ذیل عمل قرض سے نجات اور دیگر مالی و گھریلو پریشانیوں کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ یہ عمل کرنے والے لوگ مایوس نہیں رہ سکتے۔ ضرور آزمائیں اور فائدہ اٹھائیں۔ اس عمل میں ہم نے سورۂ نصر (پارہ 30) پابندی سے اس کی ترتیب پڑھنی ہے۔ ناغہ نہیں کرنا ہے اور عمل میں کمی یا زیادتی بھی نہیں کرنی ہے۔ روزانہ کا معمول بنالیں اور اس عمل سے بھرپور فائدہ اٹھائیں۔ بعد نماز فجر' سورۂ نصر اکیس بار پڑھیں۔ بعد نماز ظہر سورۂ نصر بائیس مرتبہ پڑھیں۔ بعد نماز عصر سورۂ نصر تئیس مرتبہ پڑھیں۔ بعد نماز مغرب سورۂ نصر چوبیس مرتبہ پڑھیں۔ بعد نماز عشاء سورۂ نصر پچیس مرتبہ پڑھیں۔ پھر اس کی برکتیں دیکھیں۔

جانوروں کو موشن لگ جائیں تو۔۔۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس ایک جانوروں کیلئے ٹوٹکہ ہے موسم گرما میں اگر بھیڑ بکریوں کو موشن لگ جائیں تو اسپغول کا چھلکا پانچ یا دس روپے کا پانی میں بھگو کر دے دیں' گائے کو اسپغول چھلکا 20 یا 25 روپے کا بھگو کر دیں تو ان کے موشن کی بیماری ختم ہوجاتی ہے۔ (رانا عبدالخالق طاہر)

عبقری رسالہ ادویات کتب آپ کے شہر میں

احمد پور شرقیہ: فارابی دواخانہ 0622272198۔
احمد پور شرقیہ: بخاری نیوز ایجنسی 0302-7768638
اٹک: مکتبہ ظفر اقبال 0321-5247893
اسلام آباد/ راولپنڈی: زرین ہربل دواخانہ 0336-0195366
ایبٹ آباد: طیبہ بک سنٹر 0344-9381998
(ایبٹ آباد: اعوان نیوز ایجنسی 0992-335847)
اٹک: جنجی بک ڈپو 057-2602020۔
اوکاڑہ: اشرف نیوز سرکی روڈ 0300-6968538
باغ آزاد کشمیر: بلال میڈیکل سٹور 0312-5619880۔
(بورے والہ: شاہد نیوز ایجنسی گول چوک نزد واکا: 0300-7591190)
بھکر: حسن موبائل دریا خان روڈ نزد ابراہیم ٹاؤن 0313-5417876
بہاولنگر: المدینہ سٹیشنرز۔ 0333-6320766۔
(بھیرہ شریف: شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ 0301-6799177)
بہاولپور: قاسمی نیوز 0333-6367755۔
بورے والا: تنویر احمد M/118 بورے والا 0673352712۔
بنوں: عاطف علی 0321-9632838
(بنوں: امیر احمد 0333-9748847)
پنڈی بھٹیاں: محمد کاشف 0308-7800424
پشاور: شاہ ہومیو اینڈ ہربل سٹور 0333-9161237۔
پنڈی گھیب: بسم اللہ فارمیسی 0334-5800786
پاکپتن شریف: مسعود الحسن کالج روڈ 0314-3650234
پتوکی: حکیم محمد اسحاق 0334-4062698
تونسہ شریف: اسلامی کتب خانہ 0331-6464456
ٹانک: صوفی سنز 0963511209301-8790927۔
ٹوبہ ٹیک سنگھ: جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845
جھنگ صدر: غلام قادر ہراج 0333-6756493۔
جھنگ: شیخ محمد حسین نیوز ایجنسی 0477-621733
جہانیاں: محمودیہ کتب خانہ 0321-7359861۔
جہلم دینہ: 0333-5806101 سجاد میڈیکوز
جنڈ: پاک لینڈ 0333-5480393
جام پور: العلم بک ڈپو 0336-6758452
جتوئی: سفیر جنرل سٹور 0301-6956848
جلال پور: جلالپور ٹریڈرز 0321-6889527
چکوال: مکہ موبائل 0333-5783167
چکوال: عمران فاروق 0333-5778810
چکوال: حاجی برادرز بک سیلرز 0306-5785684
چنیوٹ: عبدالرحمن ٹریڈرز 0332-2544447
چوک اعظم: ایچ ایم ٹیلرز: 0313-5417876
چونیاں: محمد انور نیوز ایجنسی 0333-4398877
چیچہ وطنی: زاہد راجہ آٹوز 0315-6905313
چشتیاں: اکبر بوٹ ہاؤس 0321/0302-6989035۔
حسن ابدال: مکتبہ نور الہدیٰ 0306-5601613
حاصل پور: اسلام الدین ملک 0622-442439
حضرو: بلال خوشنویس میڈیکل چوک 0314-2192166
حیدر آباد: صدر 0300-3790255
حیدر آباد: لطیف آباد نمبر پونے وس: 0300-0936775
حیدر آباد: ماشاء اللہ ٹریڈرز 0300-3215348
حویلیاں ہزارہ: الفلاح کریانہ سٹور 0346-9520528
حیدر آباد: الحبیب نیوز ایجنسی 0300-3037026
حضرو: درویش پنسار سٹور دھکی روڈ 0301-5514113
(خانیوال: طاہر سٹیشنری مارٹ)
خانیوال: حفیظ اللہ 0303-7372281
خان پور: انیس بک ڈپو 0685-572654
خیر پور ٹامیوالی: مدنی کلینک 0336-8603026
راولپنڈی: اسلامیہ ٹریڈرز۔ 0333-5648351۔
راولپنڈی: کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 051-5505194
رائے ونڈ: خان میڈیکل سنٹر 0341-4037028
رائے ونڈ: محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 042-35390737
رحیم یار خان: امانت علی اینڈ سنز 068-5872626

"عبقری" کا نام رجسٹرڈ ہے کوئی بھی ایجنسی کلینک، مطب، اکیڈمی یا گھر کے ساتھ عبقری کے نام کا استعمال قانوناً ممنوع ہے۔ جو لوگ اسے استعمال کر رہے ہیں وہ فوراً ختم کر دیں ورنہ ایجنسی ختم کرنے کے علاوہ قانونی چارہ جوئی کا حق محفوظ ہے۔

راجن پور: حکیم عاشق رسول 0332-2566490
درگاہ پاکپتن: مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ 0333-6954044
دیپالپور: طاہر نیوز ایجنسی 0300-4059957
دریا خان: یٰسین ہوٹل 0313-5417876
دھڈیال آزاد کشمیر: الجمال اسلامی بک ہاؤس 0302-5898995۔
ڈیرہ اسماعیل خان: خواجہ ٹریڈرز 0345-2567447۔
ڈسکہ: المدینہ ایگریکل سٹور 0300-6348123
ڈسکہ: رانا قاسم علی 0346-6747112
ڈیرہ غازی خان: عمران نیوز ایجنسی 064-2017622
ڈیرہ غازی خان: محمد ایوب جنگ کالونی 0333-6031077
ڈیرہ بگٹی کوہ: نیو نقشبندی اسٹیشنری 0835-430184
سرگودھا: میاں احمد حسن 0301-6762480۔
سیالکوٹ: بلال بک سٹال ریلوے روڈ 0321-7120318
سکھر: حمزہ ٹریڈرز مارکیٹ بازار سکھر 0336-9312436
ساہیوال: احمد گڈز سنٹر بیری والا چوک 0321-6938847
ساہیوال: مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی
سانگلہ ہل: الوہاب کتب خانہ 0300-5665317
سکھیکی منڈی: عبدالرشید ٹائر ورکس 0342-6565723
سخاوی: جامعہ مدرسہ مصدر العلوم 0332-7816016
شیخوپورہ: حکیم ناصر حسین 0341-6616915۔
شجاع آباد: حسن دار الشفاء 0300-2539685
شہداد پور: ارسلان مرتضیٰ 0334-3100962
شورکوٹ کینٹ: مکتبہ اسلامیہ 0302-7296211
شاہکوٹ: آفتاب برتن سٹور 0312-3710911
صادق آباد: چوہدری نیوز ایجنسی 0333-7452600
ظاہر پیر: بسم اللہ آئرن سٹور 0333-6353870
عارف والا: خالد کلاتھ ہاؤس 0322-7849580
علی پور: 0333-7674684
غذر: حکیم جاوید اقبال 0344-5419941
فیصل آباد: عادل ٹریڈرز 0301-7118200۔
فیصل آباد: ملک کاشف اخبار مارکیٹ 0300-6698022
فتح پور: محمد جاوید 0312-6317876
کنگری ضلع لورالائی: حوا الشافی کلینک 0828-601084۔
کنڈیارو: ماشاء اللہ فوٹو سٹیٹ 0300-3215348۔
کراچی بفرزون: مرکز فیض دواخانہ: 0333-3317134
کراچی: حکیم محمد عاشق اردو بازار۔ 0300-3218560
کراچی: امتیاز حیدر اعوان۔ 0333-3364127
کراچی: شفاء دواخانہ ناظم آباد کراچی: 0333-3731871
کوٹ ادو: اسلامی نیوز ایجنسی 0333-6008515
کوہاٹ: عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760
قلعہ دیدار سنگھ: مکہ میڈیکل سٹور 0300-7451933
کوٹ ادو: المظاہر کتب خانہ 0333-6003070
کاموکی: شیخ محمد رمضان سٹائل گارمنٹس 0344-4070752
کہروڑ: ناظم ٹریڈرز 0336-0312694
کوئٹہ: غزنوی کتب خانہ 08-1-2824617۔
کلورکوٹ: الحذیفہ الیکٹرانکس 0300-7780221
کھوڑ: آزاد بک اینڈ نیوز ایجنسی 0307-5137855
کسووال: صفوان اشرف واک ٹیس: 0300-4340914
کوہاٹ: آفریدی پنسار سٹور 0313-4874544
کوٹ رادھا کشن: امجد نیوز ایجنسی 0300-4992290
کمالیہ: آئیڈیل پبلک لائبریری 0334-9630911
کمالیہ: عمر فاروق 0334-7670840
کوئٹہ: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-7812805
گجرات: خوشبو گفٹ سنٹر 0302-6292132۔
گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار 0333-8443093
گوجر خان: الفلاح اسلامک نیوز 0332-5878032
گوجرانوالہ: شافی دواخانہ 0300-6453745
گوجرانوالہ: رحمن نیوز ایجنسی 0300-6422516
گلگت: عمر خطاب اینڈ برادرز۔ 0344-9115511
ٹیکسلا: نصیر عباسی 0307-8321046۔
قلعہ دیدار سنگھ: طیب ڈوو دواخانہ 0300-8356645

ایجنسی سے صرف پیکنگ شدہ دوائی ملے گی کھلی دوائی اگر ملے تو نہ لیں۔ صرف عبقری ادویات کی ہی پیکنگ ہوگی ورنہ خود ساختہ دوائی نہ لیں۔

کھلی دوائی نا قابل واپسی ہے۔

لیاقت پور: بدر نیوز ایجنسی 0345-8709947
لیہ: محبوب واچ سنٹر سرکلر روڈ 0313-5417876
لاہور: سبحان ٹریڈرز نیو لبرٹی پلازہ ماڈل ٹاؤن 0320-9439889
لاہور: فیاض برادرز 0322-4614031
لاہور شاہدرہ: عمر ہربل میڈیسن 0322-4227474
لاڑکانہ: ثمرین انٹرپرائزز 0345-3228855
لورا: باسط کلینک 0321-5734321
مریدکے: حسن رائس ٹریڈرز 0300-8583677
منڈی بہاؤالدین: حذیفہ دواخانہ 0345-6810615۔
مظفر گڑھ: الحبیب نیوز ایجنسی 0333-6031077۔
ملتان: ملک اشفاق نیوز ایجنسی 0300-6301461
ملتان: سعید برادرز 0300-8632292
میلسی: امتیاز احمد۔ 0321-7982550۔
میانوالی: مکتبہ جاوید 0303-7523280۔
مانسہرہ: شالیمار سویٹ۔ 0300-2753463۔
مانسہرہ: تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095
مری: انس ہربل 0321-5521832
مری: حمید برادرز مال روڈ 051-3411116
مردان: محمد میڈیسن کمپنی 0300-9175500
میاں چنوں: احمد فوٹو سٹیٹ 0333-8884615
منڈی بہاؤالدین: آصف میگزین 0345-586151
مظفر آباد: بی بی نیوز ایجنسی 0346-9616224
میرپور خاص: الماس مصطفیٰ 0333-3436222
چمن آباد: مدنی دار الشفاء 0331-7584075
نارووال: قاری عبدالرشید 0322-4861522۔
نوشہرہ خیبر پختونخواہ: طارق امین 0321-9702005
نارووال: ہاؤسی نیوز ایجنسی 0333-8749464
نواب شاہ: فیضان ایجوکیشن 0333-8775548
نوشکی: ولی پنسار سٹور 0332-7846812
وہاڑی: زاہد ٹریڈرز 0306-8281075
وہاڑی: فاروق نیوز ایجنسی 0301-6661714
وزیر آباد: شاہد نیوز ایجنسی 0345-6892591
واہ کینٹ: حبیب لائبریری 0301-5497007
ہارون آباد: مکتبہ عالیہ ناصریہ 0321-7584846
ہڈالی: شاہین دواخانہ 0315-7390079
ہری پور ہزارہ: سپیشل بک ہاؤس 0314-9204421
یزمان: شمر اینگلز میاں نوید رضا 0346-4934044

عبقری بیرون ممالک

نیوجرسی یو ایس اے: فراز صدیقی 201-683-1882
شکاگو یو ایس اے: سلیم احمد 630-589-6432
یو کے: اسلم اشرف 0044-7880-9842-16

ادارہ کی طرف سے دواؤں، خزانہ اور کتب کوئی نہیں چھاپ سکتا، قانونی حق محفوظ ہے۔

ایجنسی ہولڈر کیخلاف قارئین کی شکایات

بعض جگہ سے مسلسل شکایات آرہی ہیں ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلا رہے ہیں۔ ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔ اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔ اگر کہیں ایسا ہو رہا تو ہمیں اطلاع کریں۔ ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

ایجنسی ہولڈر بھی خطرناک عامل بن گئے

وہ لوگ جو عملیات، تعویذات اور وظائف کی الف، ب سے بھی واقف بھی نہ تھے انہوں نے ماہنامہ عبقری اور عبقری ادویات اگر ایجنسی شروع کر دیں تو انہوں نے باقاعدہ لوگوں کو دم کرنا اور تعویذ دینا شروع کر دیا جس کے نہایت خطرناک الٹ نتائج عبقری کے دفتر میں مسلسل آرہے ہیں۔ قارئین! عبقری کی طرف سے ایسی نہ کوئی اجازت ہے اور نہ کوئی ترتیب۔ ایسا کرنے میں نقصان کے ذمہ دار لوگ خود ہوں گے ادارہ عبقری اس کا ذمہ دار نہیں ہوگا۔

تسبیح خانہ سے بیعت ہونے کے بعد کیا کریں؟

حضرت حکیم صاحب کے سلسلہ عالیہ قادری ہجویری کے بیعت ہونے کے بعد 1۔منتخب احادیث کا مستقل مطالعہ کریں۔2۔شجرہ طیبہ کو اپنی زندگی کی ترتیب میں لائیں۔3۔اپنی زندگی کے معاملات پاکیزہ اور صاف ستھرے ہوں 4۔کسی سے لین دین میں حلال وحرام کا خاص خیال رکھا جائے۔5۔اپنی گھریلو زندگی مثلاً میاں بیوی ماں بہن بھائیوں کے ساتھ اچھا معاملہ اور خوش خلقی کا معاملہ ہو۔6۔کسی سے رنجش ہو تو کوشش کریں اس کے ساتھ معاملہ بہتر ہو۔7۔بدکار سے بدکار انسان کے دل میں نفرت نہ ہو حتیٰ کہ کافر اور مشرک کے لیے دل میں نفرت نہ ہو بلکہ خیر خواہی کا جذبہ اور اس کی ہدایت کی فکر ہو۔8۔اپنے مرشد کو ہر ہفتے' پندرہ دن کے بعد یا ہر مہینے اپنے احوال اذکار کیفیات تسبیحات لکھتے رہیں اور خاص طور پر جو اعمال نہیں کر پارہے ان کی اطلاع ضرور دیں اور سب سے زیادہ نفع اس کو ہوگا جو مرشد کے بارے میں اچھا گمان اعتماد اور یقین سے چلے گا۔9۔بیعت ہونے کے بعد درس کا سننا بہت ضروری ہے' یہ دراصل مرید اور مرشد کے درمیان ایک رابطہ کا ذریعہ ہے' درس کسی بھی شکل میں نیٹ' سی ڈی میموری کارڈ موبائل کے ذریعے مستقل سنتے رہیں اور دوسروں کو بھی درس کی ترغیب دیتے رہیں اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنی رضا عطا فرمائے اور مسنون زندگی پہ دن رات چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔ اخلاص کی دولت سے نوازے۔

آثار قدیمہ کی حفاظت عبقری کے ذریعے

نیا دور' ہمیں اپنی تہذیب اور ثقافت بھلا رہا ہے۔نتیجہ یہ ہوا کہ اس افراتفری کے دور میں اپنی تاریخ ہی کو فراموش کر بیٹھے۔وطن کی مٹی سے پیار کریں اور وطن کے ورثے کی حفاظت کریں۔ہم سب پر ذمہ داری عائد ہے کہ ہم اپنی گزشتہ تاریخ' ثقافت کی بقا چاہتے ہیں تو عبقری کا ساتھ دیں۔آپ کے پاس کوئی بھی یادگار ہو جیسے مٹی یا کسی دھات کے پرانے برتن' پرانا لکڑی کا کوئی دروازہ' کھڑکی' کرسی یا پرانی طرز کا بنا ہوا فرنیچر یا کسی پرانی بلڈنگ سے اترا ہوا لکڑی کا کوئی ایسا ٹکڑا جس پر پرانے نقش ونگار ہوں' پتھر یا پتھر سے بنی ہوئی کوئی پرانی چیز۔ہاتھ کی لکھی ہوئی پرانی کتابیں اور چمڑے کی پرانی چیزیں۔پرانی طرز کی تلواریں یا اسلحہ۔آپ انہیں ضائع ہونے سے بچانا چاہتے ہوں اور نسلوں تک اس کی حفاظت چاہتے ہوں تو وہ آثار قدیمہ کے قدردان ایڈیٹر عبقری کو ہدیہ کی نیت سے ارسال کیجئے یا ہمیں اس نمبر 0343-8710009 پر صرف میسج کریں' یا خود بھیجنے کا بندوبست کرلیں یا اپنے مکمل پتے اور فون نمبر کے ساتھ خط لکھیں۔خود کرلیں گے۔(ادارہ)

ٹھنڈک پیکیج

دل' دماغ' جگر کو تروتازہ رکھے سب کیلئے سدا کیلئے

سخت گرمی لو' گرم ہوائیں' پریشان نہ ہوں! عبقری لایا آپ کی صحت کو مکمل بحال اور آپ کو سخت گرمی میں ہر دم تندرست وتوانا' تروتازہ اور فریش رکھنے کیلئے "ٹھنڈک پیکیج" موسم گرما کی جلتی بھنتی ساعتوں میں شفاعوں کی ٹھنڈی ٹھنڈی پھوار' تمام گرمائی امراض مثلاً پیاس' گھبراہٹ' بے چینی' بخار' قے' متلی' مثانہ کی گرمی' سوزش' آنتوں کی خشکی' پیٹ کا تن جانا' جگر کی تکالیف' جسم میں خشکی' ہاتھ پاؤں میں تپش' منہ میں خشکی' الرجی' خارش پرانی ہو یا نئی خشک ہو یا پیپ والی' ایگزیما' پھنسی' دانے' سورائسس' آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جانا' اچانک چونک اٹھنا' دل ڈوب جانا' بھوک ختم ہوجانا' چہرے کے رنگ کا ماند پڑ جانا' آنکھوں کے گرد حلقے پڑ جانا' نوجوانوں میں قطرے' پیشاب کی جلن' جریان' احتلام وغیرہ۔عورتوں میں لیکوریا اور جملہ امراض' سن سٹروک' دل دھڑکنا' کمزوری اور گرمی سے پیدا ہونے والے تمام امراض کیلئے "ٹھنڈک پیکیج" ایک نفیس' پرکیف اور حیرت انگیز ذریعہ شفاء ہے۔"ٹھنڈک پیکیج" کا ایک نہایت پرکیف تجربہ پیش خدمت ہے۔ایک خاتون لکھتی ہیں کہ مجھے الرجی کی بڑی پرانی تکلیف تھی جس کی وجہ سے مسلسل میرا ناک بند رہتا تھا مگر "ٹھنڈک پیکیج" کے استعمال سے نا صرف میرا یہ پرانا مرض ختم ہوا بلکہ اس کے ساتھ ساتھ میری پیاس کی بیماری بھی ختم ہوگئی ورنہ میں ہر آدھے گھنٹے بعد دو گلاس پانی نہ پیتی تو میں مرنے کے قریب ہوجاتی۔حلق خشک ہوجاتا تھا اور سانس بند ہونے لگتا تھا۔اب مجھے سخت گرمی میں بھی پیاس کا احساس بالکل نہیں ہوتا۔اس کو میں نے جب بھی جس مرض میں بھی اور جس مریض پر بھی آزمایا شفاء کا مظہر پایا' "ٹھنڈک پیکیج" کی موجودگی نے مجھے حکیموں اور ڈاکٹروں سے بے نیاز کردیا ہے۔ایک مریض کو گردے میں پتھری تھی اس نے "ٹھنڈک پیکیج" چند ماہ استعمال کیا اور پتھری ٹکڑے ٹکڑے ہوکر نکل گئی۔پتھری کے اب تک بے شمار مریض اسے استعمال کر چکے ہیں۔سوزاک اور آتشک کے مریضوں میں بھی "ٹھنڈک پیکیج" کے لاجواب رزلٹ ہیں۔چہرے کے کیل مہاسے جو کسی کریم' ابٹن یا لوشن سے نہ جاتے ہوں آپ نے لاکھ پرہیز کیا لیکن پھر بھی مسئلہ حل نہ ہوا ہو۔"ٹھنڈک پیکیج" آپ کی بے اعتمادی کو اعتماد کا لباس پہنا دے گا۔جب خیال آتے ہی پیشاب کے قطرے گرنے شروع ہوجائیں یا مذی کے قطرے نکلنا شروع ہوجائیں۔ایسے مایوس ڈھیروں مریضوں کیلئے کچھ عرصہ "ٹھنڈک پیکیج" کا استعمال نہایت تیر بہدف ثابت ہوا ہے۔ہاتھ پاؤں میں مسلسل جلن ہو "ٹھنڈک پیکیج" استعمال کرنے سے جلن کے ڈھیروں مریض تندرست ہوئے ہیں۔ایک شخص مسلسل اس مرض کا شکار تھا کبھی بھی اس کے ہاتھ پاؤں سے جلن نہیں جاتی تھی۔وہ "ٹھنڈک پیکیج" کے استعمال سے تندرست ہوگیا۔اگر بیٹھ کر اٹھنے سے آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جائے تو مایوس نہ ہوں! بس "ٹھنڈک پیکیج" کے چند دنوں کے استعمال استعمال کرے اسکے لاجواب فوائد آپ کے سامنے رونما ہوں گے۔یورک ایسڈ، پرانے جوڑوں کا درد اور جسم کے جوڑوں کا منجمد ہوجانا' ڈپریشن، ٹینشن کے کسی مریض نے "ٹھنڈک پیکیج" استعمال کیا ہو آج تک ایسا نہیں ہوا کہ اسے فائدہ نہ ہوا ہو۔ نوٹ: اس دوا کا کوئی سائیڈ افیکٹ نہیں۔ہر گھر' ہر فرد چھوٹے بڑے خواتین' مرد سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ (قیمت:-/500 روپے علاوہ ڈاک خرچ

آنکھ شفاء

موسمی وبائی اور تمام آنکھوں کے امراض کیلئے

آشوب چشم' موتیا بند' دھندلا پن' سوزش چشم' ضعف چشم' آنکھیں درد کرتی ہوں' صبح کے وقت آنکھیں کیچڑ سے جڑ جاتی ہوں یا بوجھل ہوتی ہوں' آنکھوں کے سامنے پتنگے سے اڑتے ہوں' آنکھوں میں دھندلا' غبار یا جالا ہو' آنکھوں میں خارش ہو' نظر دن بدن کمزور ہوتی جارہی ہو' آنکھوں کی جلن' ان تمام امراض کو دور کرتا ہے۔نظر کو تقویت دیتا ہے' مسلسل استعمال کرنے والوں کو عینک سے چھٹکارا ملتا ہے۔اس میں خاص بات یہ ہے کہ یہ آنکھوں کو چبھتا نہیں۔ترکیب استعمال: دن میں دو سے پانچ بار ایک ایک قطرہ آنکھوں میں ڈالیں۔ (قیمت:-/70 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

نوجوانوں کے روگ (کورس)

جوانی کا عروج اور ماحول کا فساد جب یہ دونوں چیزیں اکٹھی ہوجاتی ہیں تو ان کا جمع ہونا ایسے ہی ہے جیسے آگ اور پٹرول کا اکٹھے ہونا جس طرح ماچس کی تیلی پر لگا مسالہ صرف رگڑ کا منتظر ہوتا ہے اور بارود کو آگ لگ جاتی ہے اس طرح جوانی کا جوبن اور ننگے ماحول میں پرورش یقینا جوانی کے سمندر کو بے لگام کر کے غلط راستوں کی طرف گامزن کردیتی ہے وہ جوان جو ماں کے پاکیزہ دودھ سے پرورش پا کر بلوغت کی دہلیز پر قدم رکھتے ہیں ان کے چہرے سرخ گلابی آنکھیں روشن اور فراخ ہوتی ہیں۔ جسم طاقتور اور پھرتیلا ہوتا ہے۔ آخر کیوں یہ پھرتیلا اور طاقتور جسم روشن فراخ آنکھیں، تھکے تھکے اور پھر آہستہ آہستہ چڑچڑا پن قوت برداشت میں کمی یادداشت پر اثر، چال میں لڑکھڑاہٹ بیٹھ کر اٹھنے سے آنکھوں سے سامنے اندھیرا اور چلتے ہوئے دماغ کا چکرا جانا، جسم پر خشکی، قبض، کھانا ہضم نہ ہونا، یا پھر بھوک نہ لگنا، دل و دماغ کی کمزوری، نگاہ کا کمزور ہوجانا، روز بروز چہرے کی رونق اور آنکھوں کی روشنی اور فراخی کا ماند پڑ جانا، اور اس طرح کے ڈھیروں عوارضات اس بات کی علامت ہیں کہ اس نوجوان کے جسم کا جوہر خاص ضائع ہوا ہے یا ہورہا ہے جس کی وجہ سے اس کا کھلکھلاتا روشن چہرہ سیاہی اور پیلاہٹ کی طرف مائل ہورہا ہے۔ یہی نوجوان پھر شادی کے نام سے گھبراتے ہیں، وہ ایسی غلط زندگی کی ترتیب میں دھنس چکے ہوتے ہیں کہ جس سے باہر نکلنا پھر ان کے بس میں نہیں ہوتا۔ ایسے مایوس نوجوان اپنی زندگی کی بہاریں اپنے ہاتھوں سے لٹا چکے ہوں اور اب خودکشی یا پھر مسلسل ڈپریشن، ٹینشن کا شکار ہوں وہ ہرگز ہرگز مایوس نا ہوں ہمارے شعبہ تحقیق لوگوں کی صحت و تندرستی کو ملحوظ رکھتے ہوئے سالہا سال کے مسلسل تجربات کے بعد آپ کے سامنے ''نوجوانوں کے روگ کورس'' کے نام سے ایک بہترین شفائی نسخہ تیار کیا ہے۔ لہٰذا آپ بھروسے اور اعتماد سے اپنی جوانی کی سابقہ بہاروں کو لوٹانے کیلئے ہمارے طبی رازوں سے استفادہ کریں۔ یقین شرط ہے، مایوسی گناہ ہے۔

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے (کورس)

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، باغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ اگر یہ تمام عوارضات آپ کے اندر ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو ''شوگر کا خاتمہ کورس'' جسم میں روح اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کرلیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (انشاء اللہ) ہمیشہ کیلئے ختم ہوجائیں گے۔ آج ہی سے ''شوگر کا خاتمہ کورس'' شروع کریں اور مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ قیمت:-/800 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے پندرہ یوم)

ہیپاٹائٹس (کورس)

ہیپاٹائٹس وہ مرض ہے جس کا علاج کینسر کے بعد سب سے مہنگا ہے۔ مریض سالہا سال قیمتی انجکشن لگواتا رہتا ہے اور مرض چاہے B ہو یا C ختم ہوجانے کا نام ہی نہیں لیتا یا اگر مرض ختم ہوجاتا ہے تو پھر دوبارہ شروع ہوجاتا ہے۔ کیا یہ مرض لاعلاج ہے؟ کیا پیٹ میں پانی بھر جانے کا علاج صرف سرنج ہے اس کا پانی نکالنا ہی ہے؟ آخر لوگوں کو یہ مرض منتقل ہوجائے تو پھر کیوں لاعلاج ہوجاتے ہیں؟ یہ تمام سوالات آپ سے ہیں۔ دراصل جڑی بوٹیوں کی تحقیق ہی ختم ہوگئی ہے اور ہم اس تحقیق کو چھوڑ کر ایسی ادویات کو سینے سے لگا کر بیٹھے ہیں جن میں کیمیکل اور مسلسل سائیڈ ایفیکٹ ہوتے ہیں۔ اس بات کا احساس ہے کہ لوگ مجبور ہیں آخر وہ کہاں جائیں کس سے اپنا علاج کرائیں؟ ظاہر ہے جو دوا ان تک پہنچے گی وہ معالجین جو دوا لکھ کردیں گے وہ وہی استعمال کریں گے۔ ہماری تحقیقات نے ہمیں اس مرض کیلئے ایک بہترین علاج مہیا کیا ہے پھر اس کو کئی ہزار مریضوں پر آزمایا، آزمائش کے بعد جب اس کے نتائج سامنے آئے تو حیرت انگیز طور پر نتائج مثبت، تسلی بخش اور صحت بخش ملے۔ آپ بھی سا تھ آزمائیں اور صحت مند بنیں۔ قیمت:-/800 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے پندرہ یوم)

خون افزاء ٹانک

خون بنانے والی گولیاں

انسان کی زندگی میں قوت و شباب کا رنگ و روغن خون سے ہوتا ہے' کمی خون' انیمیا کے مریض حسن و خوبصورتی سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ کمی خون جن جن وجوہات سے ہوتی ہے ان سب میں جگر ومثانہ ہوتا ہے جس سے چہرہ کا رنگ زرد پڑ جاتا ہے' بھوک کم لگتی ہے' ہاضمہ خراب' کبھی دست' کبھی قبض' نفخ شکم' قراقر معدہ' کھانسی' نزلہ وزکام وغیرہ ڈیرہ ڈال دیتے ہیں۔ ان حالات میں دیسی طب کی ایجاد خون افزاء ہی بے مثال دوا ہے۔ خون افزاء ایسا ٹانک ہے جو صالح خون پیدا کرتا ہے۔ جگر اور معدہ کو تقویت دیتا ہے زائل شدہ قوت کو بحال کرتا ہے۔ جسم کو فربہ و توانا کرتا ہے۔ چہرہ کا رنگ نکھارتا ہے جو مریض کسی شدید مرض سے صحت یاب ہوئے ہوں یا کئی مہینے صاحب فراش رہے ہوں' چہرہ زرد ہوگیا ہو' خون کی کمی ہوگئی ہو' طاقت و توانائی سے محروم ہوگئے ہوں' جسم بہت لاغر ہوگیا ہو تو خون افزاء ٹانک ان کیلئے باعث زندگی ہے۔ خون افزاء ٹانک جسم میں نئی زندگی پیدا کرتا ہے۔ دل کو فرحت بخشتا ہے۔ تھکن دور کرتا ہے' معدہ جگر و قلب و دماغ کے فعل میں توازن پیدا کرتا ہے۔ ہاضمہ درست کرتا ہے' پٹھوں کو قوت دیتا ہے' الغرض جسم کے ہر حصے کی ہر کمزوری کا ازالہ کر کے قابل فخر صحت مند انسان بنا دیتا ہے' نیز ہر عمر اور ہر مزاج کے لوگ اس دوا کو ہر موسم میں استعمال کر سکتے ہیں۔ چہرہ پر نکھار آتا ہے' بھوک بڑھ جاتی ہے' معدہ کو تقویت ملتی ہے اور اعصابی قوت بحال ہوجاتی ہے۔ خون افزاء ٹانک ضعیفی اور ڈھلتی ہوئی عمر کیلئے نہایت مؤثر' تھکے ماندے اعصاب اور دل و دماغ اور جگر کو طاقتور اور تیز براق بنانے میں صدیوں سے آزمودہ فارمولہ ہے۔ ذہنی دباؤ' ٹینشن' ڈیپریشن اور سٹریس کے مریض اسے ضرور استعمال کریں۔ اسی طرح جوڑوں کے درد' جسم کا درد' جسم پھوڑے کی طرح دکھتا ہو' جسم بے چین اور بے قرار رہتا ہو' دل چاہتا ہو کہ مجھے کوئی دبائے' خدمت کرے کام کرنے سے اعصاب تھک جاتے ہوں' پٹھے کھچ جاتے ہوں۔ فوری فائدے کیلئے آپ بس خون افزاء ٹانک استعمال کریں اور کمال دیکھیں۔ خون افزا ٹانک خواتین کیلئے آب حیات سے کم نہیں۔ ایسی خواتین جن کو خون کی کمی کے باعث ماہواری نہیں آتی یا بے قائدہ آتی ہے ان کیلئے خون افزا بہترین ٹانک ہے' خواتین میں کمزوری لاغری کیلئے بہت مفید ہے۔ ایسی حاملہ خواتین جو حمل کے دوران یا بعد' خون کی کمی کا شکار ہوں یا بچے خون کی کمی کا شکار ہوں ان کیلئے خون افزاء ٹانک ہی کافی ہے۔ آپ نے کسی کو خون دیا ہو یا کسی حادثے میں خون ضائع ہوگیا ہو تو گھبرائیں نہیں بس خون افزاء ٹانک استعمال کریں اور قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔ خون افزاء ایسا ٹانک ہے جو ہضم شدہ خوراک کو خون کی شکل اختیار کرنے میں معاونت کرتا ہے اور اپنی خاص تاثیر کی بدولت جسم کو قدرتی کیلشیم فراہم کرتا ہے' ہڈیوں کو مضبوط کرتا ہے' بینائی اور حافظہ تیز کرتا ہے' جسم کو قوی بناتا ہے' تمام جسمانی بیماریوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ اس کے استعمال سے آنکھوں میں چمک آجاتی ہے' چہرے پر گوشت آ کر گال باہر آجاتے ہیں شخصیت جاذب نظر بن جاتی ہے۔ نوٹ: اس کے کھانے سے اگر اجابت پتلی آئے تو گھبرائیں نہیں بلکہ مرض ختم ہونے کی علامت ہے۔ انوکھی بات یہ کہ خواتین کی ماہواری نظام ماہواری کم آنا یا درد سے آنا اور تمام ہارمونز نظام کو ٹھیک کرتی ہے۔ **قیمت:۔ 120/ روپے علاوہ ڈاک خرچ**

ہارمونز شفاء۔۔۔ ماہواری کی بے قاعدگیوں کا باقاعدہ علاج

ایسی خواتین جن کے ماہانہ ایام ٹھیک نہیں آتے' دن چڑھ جاتے ہیں۔ رُک رُک کے آتے ہیں' خاص ایام کے دنوں میں شدید تکلیف ہوتی ہے۔ جسم کا جوڑ جوڑ ٹوٹتا ہے' پیٹ میں شدید کرب اور بے چینی ہوتی ہے۔ دل تیز تیز دھڑکتا ہے۔ سر چکرانا' نیند نہ آنا' افسردگی' بے چینی گھبراہٹ' پسینے چھوٹنا' ہاضمہ کی خرابی' چڑچڑاپن' خارش' متلی ہوتی ہے' پیڑوں اور ناف کے آس پاس اذیت ناک درد ہونے سے مریضہ آنسو بہاتی ہے۔ اس مرض میں بعض اوقات رحم میں سوزش ورم ہوتی ہے۔ اس کی وجہ سے حمل بار بار گرتا ہے۔ ایسی مجبور خواتین کیلئے ہارمونز شفاء کورس ترتیب دیا گیا ہے جس کے استعمال سے ماہانہ ایام کھل کر پورے دن اور بغیر تکلیف کے آتے ہیں۔ یہ رحم کو طاقت دیتی ہے اس سے رکا ہوا خون ضروری مقدار میں خارج ہوتا ہے ایسی مریضہ جن کو حمل نہیں ہوتا اولاد سے محروم رہتی ہیں ان کیلئے ہارمونز شفاء کورس نعمت خداوندی ہے۔ ایک دفعہ مستقل مزاجی سے استعمال کرائیں پھر اثر دیکھیں ایسی نوجوان بچیاں جنہوں نے جوانی کی دہلیز پر قدم تو رکھا لیکن مصیبت میں آگئی کیونکہ ان کو ماہانہ ایام بھی نہیں آتے اور گندہ خون اندر رک کر زہر بن گیا اور ان وجوہات کی بنا پر لڑکی کے منہ پر بال اگنے لگے' بعض لڑکیاں موٹی ہونا شروع ہوجاتی ہیں' چربی بڑھ جاتی ہے' بعض لڑکیوں کا منہ کیل چھائیوں سے بھر جاتا ہے۔ شرم کے مارے کسی کو بتاتی نہیں اور چکنے چپکے کریمیں' ابٹن اور کیمیکل بھری دوائیاں استعمال کرتی ہیں اور اصل وجہ کی طرف دھیان نہیں ہوتا۔ ہارمونز شفاء ایسی بچیوں کیلئے بہت مؤثر دوا ہے جو ماہانہ ایام کو ٹھیک کرتی ہے خون صاف ہوجاتا ہے' چہرہ شیشے کی طرح صاف ہوجاتا ہے۔ بعض خواتین کے بچے کی پیدائش کے بعد ایام رک جاتے ہیں ان کیلئے ہارمونز شفاء بہترین ایجاد ہے۔ ہارمونز شفاء صرف وقتی فائدہ کیلئے نہیں ہے بلکہ اسے مستقل مزاجی کیساتھ ان تمام امراض کیلئے دو سے تین ماہ استعمال کریں۔ نوٹ: مخصوص ایام میں نہانے' ٹھنڈے پانی سے اور کپڑے دھونے سے پرہیز کریں۔ **(قیمت:300 روپے علاوہ ڈاک خرچ)**

بے اولاد جوڑوں کیلئے حیرت انگیز خوشخبری

بے اولادی جیسے لاعلاج مرض سے نجات کا انوکھا عمل' اس عمل سے ہزاروں ایسے مرد جن میں اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت یعنی ان کے مادہ تولیدی میں وہ کروموسومز نہیں تھے یا کم تھے سو فیصد ہوگئے یہ دراصل قرآن کے ایک روحانی ورد کا کمال ہے ورنہ تو اس کیلئے دوائیں ہزاروں اور بے شمار ہیں۔ ترکیب استعمال: دو عدد درمیانے سائز کے یا اگر بڑے ہو تو ایک عدد پیاز لیں جو بالکل سفید ہو یہ سفید پیاز سبزی منڈی میں پیاز بیچنے والوں نے علیحدہ کر کے رکھے ہوتے ہیں ان کی نشانی یہ ہے وہ پیاز اوپر اور اندر سے سفید ہوتے ہیں حتیٰ کہ پانی نکالنے پر اس کا رنگ دودھیا ہوگا۔ پیاز کے ٹکڑے بلینڈر میں ڈال کر یا کچل کر صاف کپڑے سے نچوڑ کر اس کا پانی نکال لیں جتنا پانی ہو اتنا دم کیا ہوا شہد ملا کر نہار منہ یا ہلکے پھلکے ناشتے کے بعد نیم گرم دودھ سے آدھا چمچ چھوٹا اولادی پاؤڈر کا بمع مرکب (یعنی شہد اور پیاز کا نکلا ہوا پانی) دن میں صرف ایک مرتبہ استعمال کریں۔ یہ مرکب اور دوائی ہر موسم اور ہر مزاج اور ہر عمر کے افراد کیلئے یکساں مفید ہے۔ اس دوا کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں نہ یہ سوچیں کہ شاید یہ بہت گرم ہو جائے گا کیونکہ دم کیا ہوا شہد ہی اس نسخے کا اصل جز ہے حتیٰ کہ شوگر کے مریض بھی اگر اپنی معمول کی دوائی کھا رہے ہیں تو وہ بلاجھجک اس کو استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ علاج 21 دن زیادہ سے زیادہ 90 دن کافی ہے۔ چند دن استعمال کے بعد آپ ٹیسٹ کرائیں آپ خود اس کے حیرت انگیز رزلٹ محسوس کریں گے۔ نوٹ: شہد ہمراہ لائیں ورنہ خالص شہد عبقری کے دفتر میں دستیاب ہے۔ اگر آپ کے پاس دم کیا ہوا شہد ختم ہو جائے تو آپ مزید شہد دم کرا سکتے ہیں ورنہ اس دم والے شہد میں اور شہد ملا کر شہد بڑھاتے چلے جائیں۔ پرہیز: مصالحہ دار گرم تلی ہوئی چیزوں سے پرہیز کریں۔ پانچ وقت نماز کی پابندی کریں۔ میاں بیوی بہت کثرت سے اٹھتے بیٹھتے وضو بے وضو' پاکی ناپاکی کی حالت میں یَا خَالِقُ یَا بَارِیُٔ یَا مُصَوِّرُ کا ورد جاری رکھیں۔ عمل کے دوران جتنی پاکیزگی' روحانیت' رزق حلال اور گناہوں سے بچنے کی احتیاط کی جائے گی اتنی اس کی تاثیر زیادہ واضح اور تیر بہدف ہوگی۔ دوران علاج میاں بیوی خلوت سے پرہیز کریں۔ خالص شہد اور اولادی پاؤڈر ماہنامہ عبقری کے دفتر سے حاصل کریں۔ (قیمت: 900 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

معدہ کا السر (کورس) جگر اور معدہ کو صحت مند کرنے کا نسخہ خاص

صحت مند معدہ ہر چیز کو جذو بدن بنانے کی سکت رکھتا ہے مگر افسوس کہ مسلسل روغنی اشیاء' چٹ پٹی' مرچ مصالحہ والی میز' برگر' کیو بز' ملی ہوئی چیزیں' بازاری کھانے' ٹماٹو کیچپ کے استعمال نے معدہ کا بیڑہ غرق کر کے رکھ دیا ہے۔ اس طرح مریض معدہ کی کئی بیماریوں کا مجموعہ بن گیا ہے مثلاً تیزابیت' معدہ کا السر' معدہ میں زخم' پیٹ میں درد' آنتوں میں وزش' معدہ کی جلن' ریاح کا درد' کھٹی ڈکاریں' منہ کا ذائقہ بدمزہ' غذا کی نالی میں جلن' جگر اور ناف کے گرد درد' پاخانے کی بار بار حاجت' یہ تمام امراض جنم لیتے ہیں۔ ان امراض کیلئے ''معدہ کا السر کورس'' ایسی بہترین دوا ہے جو معدہ کا زخم' معدہ میں سوزش' معدہ کا درد' پاخانہ سے خون آتا ہو' تھوڑی سی مرچ مصالحہ والی چیز کھانے سے جلن ہوتی ہو یہاں تک کہ اپنڈی سائٹس میں بھی مفید ہے۔ معدہ کا السر کورس ایسی زود اثر دوا ہے جو معدے کے زخم کی خاص دوا ہے یہ نہ صرف تیزابیت کو معمول پر لاتی ہے بلکہ معدہ کے کینسر کو ختم کرتی ہے اس دوا میں قیمتی قدرتی جڑی بوٹیاں جو سوزش اور زخم بھرنے میں مدد دیتے ہیں۔ معدہ اور آنتوں کی کمزوری دور کر کے پیٹ اور آنتوں میں خون کی فراہمی بحال کر دیتے ہیں۔ معدہ میں ورم کے علاوہ انسانی جسم کے مختلف حصوں میں ہو جاتا ہے۔ خصوصی طور پر اس مرض کا شکار ہو جاتی ہیں جیسے رحم میں ورم یا دوران حمل اکثر خواتین کے چہرے' پاؤں پنڈلیوں اور ہاتھوں پر ورم ہو جاتی ہے چلنے پھرنے میں دشواری ہوتی ہے۔ ایسے حالات میں معدہ کا السر کورس اس کا کامیاب علاج ہے۔ چہرہ پر چھائیوں کے نشانات پڑ جاتے ہیں' چہرے کی رنگت پیلی پڑ جاتی ہے۔ فکر نہ کریں معدہ کا السر کورس استعمال کرنے سے خون صاف ہو کر چہرہ شاداب ہو جائے گا۔ معدہ کے السر سے جگر بھی متاثر ہوتا ہے۔ خون کی پیدائش کیلئے معذرت کرتا ہے اور اپنی سستی ظاہر کرتا ہے معدہ کا السر کورس جگر کو بھی تندرست اور وافر مقدار میں خون پیدا کرنے والا بنا دیتا ہے۔ معدہ کا السر کورس بلڈ پریشر کو بھی کنٹرول کرتا ہے اس کے استعمال سے بلڈ پریشر کنٹرول میں رہتا ہے۔ معدہ کا السر کورس' طب اسلامی کے پاکیزہ اصولوں کے مطابق بہترین موثر ادویات سے تیار کیا گیا ہے۔ جسم انسانی پر کوئی مضر اثرات نہیں ڈالتا۔ اس کے موثر اجزاء جسم میں قوت مدافعت پیدا کرتے ہیں ہر قسم کے ورم کی بہترین دوا ہے اس کے استعمال سے جگر اور معدہ صحت مند ہو جاتے ہیں اور صحیح طریقے سے اپنا کام سرانجام دیتے ہیں دوران خون اعتدال میں رہتا ہے اور مریض صحت مند ہشاش بشاش رہتا ہے۔ قیمت:-/400 روپے علاوہ ڈاک خرچ

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد پرانا یا پٹھوں کا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آچکے ہوں۔ جسم بے کار ہوگیا ہو۔ زندگی دوسروں کیلئے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) خالص جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ "کمر، درد، جوڑوں کا درد کورس" آپ کے جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کی تکالیف سے نجات کیلئے آخری حل ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں ان کیلئے "کمر درد جوڑوں کا درد کورس" خاص تحفہ اور مسرت وصحت کا پیغام ہے۔ اعتماد اور بھروسے سے اس کورس کو استعمال کریں اس میں شامل ادویات ایسے پرانے مریضوں کیلئے بھی مفید ہیں جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہوگئے تھے۔ اس کورس کا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دیگا۔ اس کے علاوہ "کمر درد جوڑوں کا درد کورس" آپ کے جسم کو ہر قسم کی توانائی، طاقت اور فٹنس کیلئے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گا۔ اگر آپ اس کورس کے استعمال سے پہلے ڈاکٹری ادویات کا استعمال کر رہے ہیں تو فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں، آہستہ آہستہ ختم کریں۔ قیمت:-/800 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے 15 یوم)

عبقری چلڈرن سیرپ

نومولود بچوں کو اسٹیرائیڈ اور اینٹی بائیوٹک ادویات سے بچائیں

دیسی اور قدرتی جڑی بوٹیوں کا شفاء بخش مرکب استعمال کروائیں

پیچش، پتلے دست، قے، متلی، فوڈ پوائزنگ اور ہیضہ کیلئے ایک خوش ذائقہ سیرپ

بچے قوم کا سرمایہ ہیں اگر شروع میں ہی ان کی نشوونما اور توانائیوں کا خیال رکھا جائے تو بڑے ہو کر ان کی ذہنی اور جسمانی اور صلاحیتیں اپنے عروج تک پہنچ جاتی ہیں اگر ان پہ عدم توجہی کی جائے تو بچپن ہی میں کمزور ناتواں رہ جاتے ہیں اور ان کی یہ کمی ساری عمر پر اثر انداز ہوسکتی ہے۔ بعض اوقات ماں کی غذائی بے اعتدالیاں بچوں کی صفائی ستھرائی نہ کرنا یا موسمی وبائی امراض سے معدہ کا نظام بگڑ جاتا ہے جس کی وجہ سے آنتوں میں ورم اور سوزش پیدا ہو جاتی ہے پیٹ میں درد اور ورم ہوتا ہے اور بچہ روتا رولاتا ہے عبقری چلڈرن سیرپ ہی ہے جو بچے اور بچے کی ماں کا مرہم ہے، عبقری چلڈرن سیرپ نئی پرانی پیچش، موسمی وبائی، ہیضہ موسم گرما وسرما کے دست، بڑی آنت کی سوزش، پتلے دست معدہ میں سوزش، آنتوں کی گیس، بدہضمی، بار بار اجابت سے موشن کا آنا، مقعد میں جلن، اپھارہ، سخت بدبودار موشن بار بار آنا، ان امراض کے لیے عبقری چلڈرن سیرپ آنتوں اور معدہ کی سوزش کو ختم کر کے اجابت کو باقاعدہ درست کرتا ہے اور صحت بحال کرتا ہے دانت نکالنے کے زمانے میں بچوں میں اکثر بخار، اسہال، قے، چڑچڑاپن کو دور کرتا ہے اس کے استعمال دانت آسانی سے نکل آتے ہیں، دانتوں کے بڑھنے اور مضبوط کرنے میں مددگار ہے اسہال اور قے کے بعد ہونے والی نمکیات اور معدنیات کی کمی کو پورا کرتا ہے اس کے استعمال سے کیلشیم کی کمی دور ہو کر ہڈیاں اور دانت مضبوط ہوتے ہیں، اور ریاحی دردوں میں سکون دیتا ہے اسکے علاوہ عبقری چلڈرن سیرپ بچوں میں خون کی کمی، زرد رنگت، بھوک کی کمی اور نڈھال کمزور اور ناتواں بچے جن کا قد بڑھنا رک گیا ہو ان کیلئے عبقری چلڈرن سیرپ ایک ٹانک ہے۔ یہ سیرپ اسہال اور پیچش دور کرنے کے علاوہ ایک ٹانک بھی ہے جس کا باقاعدہ استعمال بچوں میں قدرتی بھوک پیدا کرتا ہے بچوں میں سوکھا پن، کمزوری، آئیرن پروٹین کی کمی، بے چینی، تلخی، بے جا رونا، چیخنا چلانا، گود میں لیے پھرنے سے بچے کا خاموش رہنا، لاغری جیسی علامات کو ختم کر کے تندرست چست وتوانا بناتا ہے۔ عبقری چلڈرن سیرپ بچوں کے علاوہ اسہال، قے، متلی، اور ہیضہ جیسے امراض میں بڑوں کے لیے بھی سو فیصد مفید ہے نہایت اطمینان سے استعمال کریں۔ **طریقہ استعمال:** نومولود بچے سے لیکر چھ ماہ کی عمر تک 10 قطرے دن میں تین سے چار بار اگر تکلیف زیادہ ہو تو ہر گھنٹے بعد پانچ سے دس قطرے اور چھ ماہ سے ایک سال تک آدھائی اسپون اور ایک سال سے دو سال تک ایک ٹی اسپون دن میں تین سے پانچ بار۔ بڑوں کے لیے ایک ٹیبل اسپون دن میں تین سے چار بار۔ قیمت:-/120 روپے علاوہ ڈاک خرچ

ہائی بلڈ پریشر کے مایوس مریضوں کیلئے (کورس)

معاشرے میں پائے جانے والے خطرناک مرض کا شافی علاج

مشینی اور ٹیکنالوجی کے جدید دور نے انسانوں کو بظاہر سہولت' لیکن دراصل ایسے بھیانک عذاب میں مبتلا کر دیا ہے جو زندگی کی تمام سہولتوں کے باوجود انسان کو عاجز کر دیتا ہے۔ ان عاجز کر دینے والی بیماریوں میں ہائی بلڈ پریشر بھی ہے۔ اچھا خاصا انسان سر چکرانے' نیند نہ آنے اور وقت بے وقت ماحول سے پریشان ہو کر اپنے حواس کھو بیٹھتا ہے یا پھر کسی سے الجھ کر بعد کے مستقل پچھتاوے اور ندامت کے عذاب میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ ایسے انسان کو کہتے ہیں کہ آپ اپنے بلڈ پریشر کا علاج کریں یا پھر انسان خود کہتا ہے کہ میں بے بس ہوں کیا کروں ہائی بلڈ پریشر نے عاجز اور مجبور کر دیا ہے روزانہ جب تک یہ ادویات نہ کھاؤں بلڈ پریشر کنٹرول نہیں ہوتا۔ ایسے مجبور اور بے بس لوگوں کیلئے خوشخبری ہے کہ وہ اصلی اور قدرتی جڑی بوٹیوں سے استفادہ کریں اور بلڈ پریشر سے انشاء اللہ تعالیٰ ہمیشہ کیلئے نجات پائیں۔ (قیمت:-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

یورک ایسڈ سے نجات (کورس)

چلنا پھرنا اور زندگی کے معمولات کو سرانجام دینا ہی زندگی ہے مگر خدانخواستہ کسی بیماری کے سبب اگر انسان چلنے پھرنے اور اٹھنے بیٹھنے سے معذور ہو جائے تو زندگی ایک بوجھ بن کر رہ جاتی ہے اور آج کل ہر خاندان میں سے کوئی نہ کوئی درد سے نڈھال مریض ضرور ملتا ہے پوچھنے پر پتہ چلتا ہے کہ یورک ایسڈ بڑھ گیا ہے۔ یورک ایسڈ سے نجات کورس جوڑوں کے درد' نقرس' اعصابی درد' کمر درد' پٹھوں کا درد ان تمام دردوں کیلئے تیار کیا گیا ہے۔ محنت مشقت کی زیادتی' تھکن' زیادہ بیٹھنے' زیادہ لیٹنے' زیادہ جھکنے یا کسی اور وجہ سے ہونے والے جسمانی درد' کمر ٹانگوں کا درد' پٹھوں کے درد' ہر قسم کے اعصابی درد پسلیوں کا درد' حیض کے دوران کمر اور پیٹھ کا درد اور اس قسم کے تمام دردوں میں یورک ایسڈ سے نجات کورس فائدہ کرتا ہے۔ قیمت:-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے پندرہ یوم)

ہیپاٹائٹس نجات سیرپ کے انوکھے کمالات

صرف ان ہزاروں لوگوں کے تجربات میں سے چند تجربات آپ کے مطالعے کیلئے

کیا واقعی یہ شوگر فری سیرپ ایسا ہی با کمال ہے؟ آزمائش شرط ہے!!!

چہرے کی رنگت نکھر گئی: میرے چہرے پر داغ' دھبے' چھائیاں کیل مہاسے تھے۔ میں نے ہیپاٹائٹس نجات سیرپ استعمال شروع کیا پہلے تو فائدہ محسوس نہ ہوا لیکن میں نے اپنا اعتماد نہ توڑا مسلسل استعمال کرتی رہی' چند ہفتوں کے استعمال کے بعد اس کے واقعی وہ رزلٹ ملے جو غیر ملکی قیمتی کریموں نے بھی مجھے نہ دیئے تھے اور میرا چہرہ شفاف اور بالکل چاندی کی طرح ہو گیا ہے۔ **دائمی قبض اور بواسیر ختم ہوگئی:** مجھے کسی نے یہ سیرپ دیا' جس کا لیبل اترا ہوا تھا میں نے بوتل کو منہ لگا کر پینا شروع کر دیا' دو دن میں ایک بوتل میں ختم کر دیتا تھا کیونکہ طریقہ لکھا ہوا تھا نہیں' انہوں نے مجھے جگر کے امراض کیلئے دیا تھا' جہاں میرے جگر کے امراض میں فائدہ ہوا وہاں میں دائمی قبض کا مریض تھا اور پرانی بواسیر نے مجھے عاجز کر دیا تھا۔ اللہ کے فضل سے دائمی قبض بھی ختم ہوئی اور بواسیر کا بھی خاتمہ ہوا۔ **چہرے کے غیر ضروری بالوں کا نشان تک نہ رہا:** مجھے پرانے ہارمونز مسائل تھے میں نے بے شمار ادویات استعمال کیں' وقتی فائدہ ہو جاتا اور پھر تکلیف دوبارہ ہو جاتی اس کے بعد میرے جسم پر غیر ضروری بال نکلنا شروع ہو گئے اور خاص طور پر چہرے پر بہت بری طرح بال پھیلنا شروع ہو گئے۔ ہماری ملنے والی ایک خاتون نے یہ سیرپ ان بالوں کیلئے استعمال کیا تھا اس نے دو چمچ ہر دو گھنٹے کے بعد استعمال کیے اور ایک بوتل دو دن میں ختم کی بقول اس کے کہ دس بیس بوتلوں میں چہرے کے غیر ضروری بال چھائیاں موٹاپا' ہارمونز کے مسائل اور بڑا ہوا پیٹ بالکل ختم ہو کر جسم تندرست ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ پرانی لیکوریا بھی زندگی بھر کیلئے ختم ہو جاتی ہے۔ واقعی ایسا ہوا پھر میں نے اپنی بے شمار اور خواتین کو یہ استعمال کرایا ان کو بھی بہت فائدہ ہوا۔ **گیس' تبخیر' جلن اور بدہضمی ختم ہوگئی:** مجھے ہیپاٹائٹس سی بہت پرانا تھا' انجیکشن کے تین کورس کرائے لاکھوں روپے خرچ کیے لیکن تکلیف بار بار ہو جاتی تھی۔ میں نے عبقری سے پڑھ کر یہ سیرپ استعمال شروع کیا اب اللہ کا فضل ہے کہ ہیپاٹائٹس بھی ختم ہو گیا اور ساتھ تیزابیت' گیس' تبخیر بالکل ختم ہو گئی۔ بھوک خوب لگتی ہے' کھانا ہضم ہوتا ہے' خون بنتا ہے' پہلے جسم میں دردیں اور کھچاؤ رہتا تھا اب وہ بھی ختم ہو گیا ہے۔ **اور ہیپاٹائٹس ختم ہوگیا:** قارئین! ہزاروں سے بھی زیادہ ایسے مایوس اور لاعلاج مریض جو ہیپاٹائٹس سے عاجز اور تنگ آ چکے تھے اللہ تعالیٰ نے انہیں ہیپاٹائٹس سے واقعی نجات عطا فرمائی اور سو فیصد صحت مند ہو گئے۔ (قیمت-/120 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

اصلاح معدہ وجگر پیکیج

بھوک چمکانے' غذا کو ہضم کرنے اور پھر اسے جزو بدن بنانے کیلئے عجیب وغریب اثرات کا حامل پیکیج ''اصلاح معدہ پیکیج'' معدے کے تمام امراض مثلاً سینے کی جلن' گیس' تبخیر' بدہضمی' ترش ڈکاریں' اپھارہ پن' قے' متلی' معدے کی تیزابیت' معدے کی کمزوری' معدے کے السر' معدے کا ورم' معدے کا بوجھل ہو جانا' معدے پر بوجھ' زبان پر تہہ کا جم جانا' بوجھل جسم' دائمی قبض' کولہوں اور پیٹ پر چربی کا بڑھ جانا' ہچکی' چڑچڑا پن' فضلے کا رقیق ہونا' خون میں کمی' پیٹ کا پھولنا اور معدے کی خرابی سے پیدا ہونیوالے جملہ امراض سے نجات کیلئے ایسا کرشمائی پیکیج ہے کہ جس کی ہمہ وقت موجودگی آپکو بے شمار ادویات سے بے نیاز کر دیگی۔ یقین نہ آئے تو آزما کر دیکھیں۔ وہ لوگ جو معدہ کی مختلف بیماریوں میں مبتلا ہونے کی وجہ سے نہ تو اپنی پسند کی خوراک کھا سکتے ہیں اور نہ ہی ان کی خوراک ان کے جسم کو لگتی ہے۔ ایسے لوگوں کو اوّل تو بھوک ہی کم لگتی ہے اگر زبردستی کچھ کھا بھی لیں تو کھانے کے بعد پیٹ میں ہوا بھر جاتی ہے۔ کھٹی ڈکاریں آتی ہیں۔ سینے پر بوجھ یا پسلیوں کے درمیان جلن محسوس ہوتی ہے۔ متلی کی وجہ سے طبیعت بوجھل ہو جاتی ہے۔ پیٹ میں ہلکا ہلکا درد ہر وقت انہیں بے چین کئے رکھتا ہے۔ کبھی قبض اور کبھی لوز موشن آتے ہیں۔ منہ کا ذائقہ بدل جاتا ہے حتیٰ کہ کھانے سے نفرت ہو جاتی ہے۔ یہ تمام علامات اس بات کی خبر دے رہی ہیں کہ معدہ کے افعال درست نہیں اور خرابی معدہ ہونے کی وجہ سے دوسری بیماریاں بھی حملہ آور ہو رہی ہیں۔ ایسی صورت میں کھاری بوتل اور کسی دوسری چیز کا سہارا لینا قطعی فائدہ مند نہ ہوگا بلکہ ان تمام عوارضات میں ''اصلاح معدہ پیکیج'' کا مقام بہت بلند ہے کیونکہ طب یونانی میں یہ ایک ایسی تیر بہدف تحفہ ہے جو معدہ کو مکمل تندرست اور توانا رکھتا ہے۔ ''اصلاح معدہ پیکیج' نظام ہضم کو غضب کی تقویت دیتا ہے اور مریض جو بھی غذا کھاتا ہے وہ ضائع ہونے کی بجائے پوری طرح ہضم ہو کر قوت و توانائی کا سبب بنتی ہے۔ ''اصلاح معدہ پیکیج'' اپھارہ پن اور سینے کی جلن کو دور کر کے طبیعت کو سکون و آرام پہنچاتا ہے۔ آپ گھر میں ہوں یا دفتر میں، سفر میں ہوں یا کسی پکنک پوائنٹ پر، ہوٹل میں ہوں یا شادی کی تقریب میں' ان جگہوں پر ہونے والی بدپرہیزی سے آپ کو صرف ''اصلاح معدہ پیکیج' ہی محفوظ رکھ سکتا ہے۔ ''اصلاح معدہ پیکیج'' جسم سے فاسد خون کو ختم کر کے صالح مصفی خون پیدا کرنے کیساتھ ساتھ جسم کو قدرتی توانائی فراہم کرتا ہے۔ قبض کو ام الامراض یعنی تمام بیماریوں کی جڑ کہا جاتا ہے اور اس کی وجہ ڈھیروں بیماریاں جنم لیتی ہیں' ''اصلاح معدہ پیکیج'' قبض کو جڑ سے ختم کر کے آپ کو تمام ادویات سے بے نیاز کر دے گا۔ ''اصلاح معدہ پیکیج'' خوش ذائقہ بھی ہے اور پر اثر بھی۔ بس بالکل تھوڑی مقدار جسم میں فوراً اثر دکھائے اور بوجھل معدہ حتیٰ کہ پکڑا ہوا دل فوراً گلاب کی پنکھڑیوں کی طرح کھل جائے۔ نوٹ: اس دوا کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ ہر گھر، ہر فرد، چھوٹے بڑے، خواتین، مرد سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ (قیمت: 440 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

گلٹیاں اور رسولیوں (ٹیومر) سے نجات کورس

جسمانی گلٹیاں' رسولیاں اور کینسر تک کا علاج ہے

رسولیاں ہوں یا گلٹیاں جسم کے کسی حصے میں ہوں بدصورت اور بدنما لگتی ہیں۔ بعض تکلیف دہ ہوتی ہیں اور بعض تکلیف نہیں دیتیں۔ پہلے چھوٹی سی رسولی بنتی ہے پھر بڑھتے بڑھتے پورے جسم پر رسولیاں ہوجاتی ہیں۔ عبقری دواخانہ کا طویل تحقیق اور تجربہ شدہ یہ کورس جو ہر قسم کی گلٹیوں اور رسولیوں (ٹیومر) وغیرہ کو جڑ سے اکھاڑ دیتا ہے۔ یہ ایسا کورس ہے جو گلٹیاں چاہے سرطان کی شکل اختیار کرلیں یا سادہ ہوں' دماغ میں ہوں' گلے میں ہوں' بغل میں ہوں یا نلوں میں ہوں جلد کے اندر کی گلٹیاں' رحم کی گلٹیاں' چھاتی کی گلٹیاں حتیٰ کہ وہ تمام گلٹیاں جو جسم کے کسی بھی حصے میں ہوں اس کورس کے استعمال سے تحلیل ہوجاتی ہیں۔ یہ کورس دماغ اور معدے کو فضلات سے پاک صاف کرتا ہے خنازیر یعنی کنٹھ مالا کو خاص طور پر فائدہ دیتا ہے۔ اس کے استعمال سے جسمانی نشوونما میں حصہ لینے والے غدود کے افعال ٹھیک ہوتے ہیں ہر قسم کی غدود کی سوجن میں نہایت مفید ہے اور جسم میں ہر قسم کے مسے' گلٹیاں' گومڑ' غدود کے ناسور اور ہر طرح کا بدگوشت تحلیل ہوکے شفاء ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ پرانے زخم' پیپ دار پھوڑا مثلاً دق کا پھوڑا یا زخم اگزیما' (خواہ کھال پر ہو یا کسی اور جگہ) جلد کی ہر قسم کی سوزش اور دانے' اندرونی جھلی کا ابھرنا یا بڑھ جانا' جلد پر چھلکے پڑنا یا گانٹھیں پڑنا' اکثر چھوٹی چھوٹی گلٹیاں بڑھ کر زخم ناسور بن جاتی ہیں' ان میں ورم' جلن اور آبلے ہوجاتے ہیں خون ملی رطوبت رستی رہتی ہے۔ ہڈیوں میں درد ہوتا ہے' ہڈیاں گلنے لگتی ہیں زخم بڑھ کر کینسر کی شکل اختیار کرلیتا ہے۔ ان کیلئے گلٹیاں اور رسولیوں سے نجات کورس شفاء کا موجب ہے۔ ایسی بہت سی مریض خواتین جن کا مسئلہ یہ تھا کہ رحم میں رسولی ہے جس کی وجہ سے ہارمونز نظام بالکل گڑبڑ ہے ایسی خواتین کو حمل نہیں ہوپاتا ان تمام خواتین کو جب یہ کورس استعمال کرایا تو رسولیاں بھی ختم ہوگئیں اور حمل بھی ٹھہر گیا۔ ضروری بات: یہ ہت موذی اور پیچیدہ مرض ہوتا ہے اور بہت آہستہ آہستہ جاتا ہے ویسے بھی دیسی ادویات آہستہ آہستہ جڑ سے بیماری نکالتی ہیں اور مریض گھبرا جاتے ہیں کہ فائدہ نہیں ہورہا لہٰذا اس کورس کو مستقل تین سے پانچ مہینے تسلی اور اطمینان سے استعمال کریں اور شفاء پائیں۔

لاجواب حافظہ پیکیج

بے مثال حافظہ کیلئے بہترین ساتھی

برسوں کی باتیں بھی یاد آجائیں

آپ چاہتے ہیں کہ آپ ذہین بنیں، آپ کا حافظہ شاندار ہو، بھولنے کا مرض ختم ہوجائے، ایک بار کا پڑھا برسوں یاد رہے، جاندار یادداشت ہر پل بڑھتی چلی جائے۔ دفتر کے معاملات میں حاضر جواب اور رکھی چیز کو برسوں بعد بہت جلد ڈھونڈ نکالنے والے ہوں۔ آپ چاہتے ہیں کہ آپ کی نسلیں ذہین، فطین اور خوبصورت یادداشت کی حامل ہوں، وہ ہر سال ٹاپ کریں، اپنی کلاس میں اعلیٰ پوزیشن لیں۔ انہیں پڑھا یاد رہے' ٹیچر کا پڑھایا یاد رہے' لکھا یاد رہے' آپ نے اچھی نصیحت کی تو خوب یاد رہی تو گھبرائیں نہیں! آپ دفتری یا گھریلو خاتون ہیں' آپ اپنے نظام کو سو فیصد بحال رکھنا چاہتی ہیں، آپ چاہتی ہیں کہ ہر چیز پر نظر رہے اور حساب کتاب کیلئے مجھے کسی کاپی یا ڈائری کی ضرورت نہ ہو کسی نے کھانے یا مزیدار ڈش کی ترکیب بتائی ہے تو لکھے بغیر یاد رہے۔ آیئے! ہم آپ کو ایک راز دیتے ہیں۔ آپ مرد ہیں' نوکری بغیر اچھی یادداشت کے ادھوری ہے ورنہ آپ کا باس آپ کی کلاس لیتا ہے' روز روز کی ڈانٹ سے تنگ آگئے ہیں تو مایوس کیوں ہیں؟ آپ اپنے دفتر یا کاروبار میں جانے سے کیوں گھبراتے ہیں؟ بس چند دن ''لاجواب حافظہ پیکیج'' استعمال کریں جو ہر موسم' ہر عمر اور ہر مزاج کیلئے ایسا صحت مند اور توانا تحفہ ہے کہ کوئی ایک بار استعمال کرے تو کبھی مایوس نہ ہو بلکہ بار بار کی چاہت کرے۔ وکیلوں نوجوانوں لڑکے لڑکیوں اور تعلیمی سرگرمیوں میں مصروف عمل رہنے والوں کیلئے کرشماتی تحفہ۔ تاجروں' دماغی کام کرنے والے ان لوگوں کیلئے جو ذہنی بوجھ سے دب کر اپنی صحت خراب کرلیتے ہیں حافظہ کی کمزوری' نسیان' ذہن مرکوز نہ کرسکنا بڑھتے ہوئے بچوں میں ذہنی قوت کی کمی' ذہنی خرابی' اضطراب' امتحان کا خوف' وقت سے پہلے بڑھاپا' دن بھر محنت اور چلنے پھرنے کے بعد سخت تھکاوٹ' مطالعہ کرنے سے سر درد' پریشان خیالی' اداسی' بے چینی' اپنے آپ میں گم رہنا' چڑچڑاپن' تھکن اور پژمردگی' رنج وغم کے احساس کی زیادتی' نفسیاتی اور ذہنی امراض' دماغ میں خون کی زیادتی' بے آرامی' طبیعت اکھڑی اکھڑی' پستی کا احساس' اداسی' بے چینی' غمگینی' خاموشی' رعشہ' غصے کے اثرات' کام سے بے رغبتی' بات کرنے کو دل نہ چاہنا' نوجوان لڑکے' لڑکیوں کے جسم لاغر' چہرے زرد اور بے رونق اور اس طرح کی مزید جملہ کیفیات سے نجات کیلئے عبقری نے طویل تحقیق اور ریسرچ کے بعد جادوئی اثر رکھنے والا ''لاجواب حافظہ پیکیج'' ترتیب دیا ہے۔ جس کے استعمال سے آپ دماغی طور پر چست وچاق وچوبند ہوجائینگے اور آپ کی زوال پذیر صلاحیتیں نکھر جائیں گی۔ نوٹ: اس دوا کا کوئی سائیڈ افیکٹ نہیں۔ ہر گھر' ہر فرد' چھوٹے بڑے' خواتین' مرد سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ (قیمت: 670 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

قدرت کا انعام اور انتقام

یہ کتاب جیسی کرنی ہے ویسی بھرنی۔۔۔ یا جیسا بوگے ویسا کاٹو گے کے موضوع پر ایک منفرد کتاب جس کی ہر سطر لفظ اور ہر ہر حرف مصروف زمانہ نفسا نفسی کی پکار کو بلند کرنے والے انجام سے بے خبر لوگوں کو جھنجھوڑ رہا ہے۔ اس کتاب میں انسان دوستی، دوسروں کی ضرورت کا احساس اور اللہ پاک کی دیگر مخلوقات سے ہمدردی سے پیار کا پیغام اور ان پر ظلم کرنے کا انجام کے سچے اور حیران کن واقعات جو ہماری زندگی کے شب و روز بدل سکتے ہیں۔

اس کتاب میں آپ پڑھیں گے:۔ میں نے اپنا گھر خود اجاڑ لیا۔☆ جاگیردار زندہ کیوں جل گیا؟ ☆ گھر جنگ و جدل کا میدان بن گیا۔☆ معراج پہلوان اور قدرت کا انتقام۔☆ زندگی جہنم کا نمونہ۔۔۔ آخر کیوں؟ ☆ قرآن کی قسم اٹھانے والے کا انجام۔☆ بددعا نکلتے ہی انگلی کٹ گئی۔☆ شرابی بیٹا اور ماں کی خودکشی۔☆ نیکیوں کا بدلہ دنیا میں کیسے ملا؟ ☆ پچھتر ہزار کا صدقہ اور اس کی فوری کرامت۔☆ رشتے داروں کی مدد کا انعام۔☆ خیر پسندی اور خدمت کا صلہ۔☆ صاحب ایمان حافظہ خاتون پر تہمت کی دردناک سزا۔☆ گھریلو جھگڑوں کے بچوں پر اثرات۔☆ بیٹا ٹرک کے نیچے کیسے آیا؟ ☆ باپ کا جنازہ اور بیٹوں کی لڑائی۔☆۔ رزق حرام کا نسلوں پر اثر ☆ والدہ کی بددعائیں۔☆ بے حیائی میں آگے بڑھنے والی کی موت ☆ بلی کو مارنے کا انجام ☆ واقعی جانوروں کی دعا اور بددعا لگتی ہے۔☆ میرا ہاتھ کیسے کٹا۔۔۔؟؟؟ ☆ یتیم کی آہ سے جنت بھی تباہ۔☆ اولاد کی غلط تربیت کا انجام ☆ ملاوٹ کا بھیانک انجام ☆ سانپوں بھری قبر۔☆ بدزبانی کا نتیجہ۔☆ رزق حلال نے خاندان تباہ کردیئے۔ ☆ متکبر کا تھپڑ اور غریب کی بددعا۔☆ نظر لگی یا بددعا۔☆ کتیا کی چیخ نے عرش ہلا دیا۔☆ عیب نکالنے کا عبرت انگیز واقعہ۔ ہماری زندگی اور معاشرے میں ایسے بے شمار واقعات بکھرے پڑے ہیں جن پر اگر ہلکی سی مشاہدے کی نظر بھی ڈالیں تو اس کے پیچھے اصل وجہ کچھ اور نظر آتی ہے۔ عموماً والدین کو ستانے والے خود بھی اپنی اولاد سے سکھ نہیں پاتے۔ زیر نظر کتاب بھی ایسے ہی سچے، انوکھے اور عبرت انگیز واقعات پر مشتمل ہے جس کو پڑھنے کے بعد یقیناً آپ بھی کہیں گے کر بھلا۔۔۔ سو ہو بھلا۔۔۔!!! (قیمت صرف: 300 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

حالِ دل

سسکتی، سلگتی خواہشات، زندگی بھر کی الجھنوں کے حل، ککھ پتی سے لکھ پتی بنا دینے والے اعمال کیلئے ماہنامہ عبقری میں لاکھوں لوگوں کی پسند، ایڈیٹر عبقری کا کالم حال دل اب کتابی صورت میں

یہ کتاب دراصل اجڑے حال اور بکھرے حال لوگوں کے قصے، دل کی کہانیاں، سچے جذبات، انوکھے روگ، جگ بیتیاں اور معاشرے کی الجھی، سلجھی، الٹی اور ٹیڑھی گھر کے اندر اٹھنے والی فریادوں کا دوسرا نام حالِ دل ہے۔

ہمارے ساتھ روزانہ ہونے والے واقعات، حادثات، معاملات ہمیں ایک پیغام دے جاتے ہیں۔ چند افراد کی بے اصولیاں، فطرت سے دوری اور غیر ذمہ داریاں معاشرے پر کتنے بُرے اثرات مرتب کرتے ہیں اور نتیجہ پریشانیاں، تکالیف ذہنی دباؤ، ٹینشن، ڈیپریشن، بے راہ روی حتیٰ کہ قتل اور خودکشی تک پہنچ جاتی ہے۔ ان کا سدباب اور ان کا حل جاننے کیلئے اس کتاب کا مطالعہ ضرور کیجئے۔ اس کتاب میں مثبت زندگی گزارنے کے رہنما اصول بتائے گئے ہیں اس "حالِ دل" کتاب میں وہ سب ہے جو آپ پڑھنا چاہتے تھے۔

بزرگوں کے مفید موتی ☆ کیا رزق قدر مانگتا ہے؟ ☆ کراچی کے تاجر کا باورچی ☆ بنگلہ دیش میں غربت کیوں آئی؟ ☆ رزق کی قدر کا انعام زندہ معجزہ آپ بھی پڑھیں۔۔۔! ☆ دشمن مرجائے تو خوش نہ ہوں۔۔۔ ☆ بیٹے نے باپ کے گلے میں رسہ کیوں ڈالا؟ ☆ ہر دکھ کی پشت پر کوئی کہانی۔ آئیے! آپ کو زندگی کے کچھ سبق بتاتے ہیں۔ ☆ بنگلے کا مالک ٹیکسی ڈرائیور کیسے بنا۔ ☆ واقعی سانپ میرا تعاقب کرتے ہیں۔۔۔ بزرگوں کے ٹوٹکے نے جان بچالی۔ پڑھنا نہ بھولیں۔۔!!! (قیمت صرف: 200 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

خاتون شفاء............(سیرپ) حیض کی بے قاعدگی آخری علاج

ماہواری کی بے قاعدگی میں حیض وقت پرنہیں آتا، مقررہ مقدار سے کم آتا ہے یا تھوڑا تھوڑا رک رک کرآتا ہے، درد ایسا ہوتا ہے کہ برداشت کے قابل نہیں ہوتا۔خون اندر جمع ہونے کی وجہ سے جسم پھولنا شروع ہوجاتا ہے، چہرے پر بال اُگنا شروع ہوجاتے ہیں، جسم کا جوڑ جوڑ دکھتا ہے، پیٹ میں شدید کرب و بے چینی ہوتی ہے، پسینے کی زیادتی ہوتی ہے، افسردگی، ہانپنے کی تکلیف، دل تیز تیز دھڑکتا ہے، چڑچڑاپن آجاتا ہے،نلوں میں درد ہوتا ہے۔ان کیلئے ''خاتون شفاء'' ہی شفاء کا پیغام ہے۔''**خاتون شفاء**'' ان کیلئے بھی خوشی کی نئی کرن ہے جن خواتین کو حیض کی بے قاعدگی کی وجہ سے حمل نہیں ہوتا اور ہوتا بھی ہے تو بار بار گرجاتا ہے اور بات اٹھرا تک پہنچ جاتی ہے۔ایسی خواتین تسلی سے استعمال کریں۔**خاص فائدے:** عبقری دواخانہ کے شعبہ ریسرچ نے ''**خاتون شفاء**'' کا فارمولا ایسا ترتیب دیا ہے جو ہر قسم کے سٹرائیڈ، کیمیکل، نقصان دہ چیزوں سے پاک ہے۔اسی بناء پر ''**خاتون شفاء**'' کے بہت سے فائدہ اور بھی سامنے آئے ہیں۔**طریقہ استعمال:**۔2 چمچ ٹیبل سپون نیم گرم پانی میں گھول کر دن میں تین بار کھانے سے ایک گھنٹہ پہلے یا دو گھنٹے بعد، ایام کے آنے سے تین دن پہلے شروع کریں۔اگر ایام بالکل نہ آتے ہوں تو مستقل لیں۔ایام جاری ہونے تک، حمل کے دنوں میں یہ دوائی استعمال نہ کریں۔حسب طبیعت مقدار میں کمی بیشی کرسکتے ہیں۔**پرہیز:** گرم مصالحہ دار تلی ہوئی چیزوں' انڈا' مرغی' بڑا گوشت' مرچ مصالحہ سے سختی سے پرہیز کریں۔سبزیاں' پھل زیادہ استعمال کریں جب تک چٹخارہ دار چیزیں نہیں چھوڑیں گے نفع نہیں ہوگا۔عام طور پر پرہیز کی طرف توجہ نہیں دی جاتی اور چاول بریانی' نان' کلچے' کیمیکل مثلاً کیوبز' اجینوموتو' ٹاٹری' ایسی ٹک ایسڈ (سرکہ کا تیزاب) اچاروں میں ملایا جاتا ہے فوڈ کلرز مصنوعی سرکہ سینتھٹک سرکہ سکوائش وغیرہ مختلف مصالحہ جات سے پرہیز کریں۔سادہ غذائیں استعمال کریں۔ان میں ذائقے اور چٹخارے نہیں ہوتے لیکن نفع اور شفاء ہوتی ہے۔**قیمت-/120 روپے علاوہ ڈاک خرچ**

رمضان المبارک کے روحانی وجسمانی ٹوٹکے

رمضان الکریم کی مبارک ساعتیں۔۔۔نور کی بارشیں۔۔۔اعمال صالحہ کی بہاریں اور سعادت کے دن رحمتوں کی راتیں۔۔۔اب سے بڑھ کر رحمانی و روحانی زنجیروں میں جکڑے سرکش شیاطین وجنات کی چیختی چنگھاڑتی آہیں۔۔۔جی ہاں!ایک ایسے ہی موقعے پر عبقری کی نئی شاندار پیش کش ''رمضان المبارک کے روحانی وجسمانی ٹوٹکے'' اس کتاب میں بیک وقت مولف دامت برکاتہم العالی نے کئی نئے اہم موضوعات کو یکجا کیا ہے۔اس ماہ مبارک کے فضائل بھی بیان کئے ہیں تاکہ روزہ دار مکمل اخلاص قلبی کے ساتھ اس ماہ مبارک سے بھرپور فائدہ اٹھا سکے اور صرف یہی نہیں بلکہ مقام ولایت کے متلاشی اور اللہ تعالیٰ کے قرب کی خواہش رکھنے والوں کیلئے اولیاء کرام اور رجال والغیب سے منقول ایسے اعمال اور ایسی عبادات کا بھی تذکرہ ہے۔جس کے ذریعے آپ روح کی دنیا کے سکندر اعظم بن جائیں۔

چند اہم عنوانات ملاحظہ ہوں۔ ☆ سعادت کے دن عبادت کی راتیں ☆ رمضان کی مشقت اور انعام ☆ ہر حاجت کیلئے آزمودہ لیلۃ القدر کا عمل ☆ اولیاء اللہ کا رمضان ☆ برکت والی تھیلی کا عمل ☆ تین سکینڈ میں 14 کروڑ نیکیاں ☆ روزے کے فضائل اور مزدوری ☆ جادو بندش کا توڑ۔اگر آپ چاہتے ہیں رمضان المبارک کا ایک ایک پل اور ہر ہر لمحہ کو قیمتی بنالیں تو یہ کتاب آپ کیلئے مددگار ثابت ہوگی۔۔انشاء اللہ۔

رمضان الکریم کے مبارک مہینے کی وجہ سے یہ کتاب 50% ڈسکاؤنٹ پر دستیاب ہے

قیمت-/200 روپے علاوہ ڈاک خرچ

حضرت حکیم صاحب کی آمد (صرف درس)

قرب الٰہی' عشق مصطفیٰ ﷺ' روحانی ترقی' گھریلو الجھنیں' جادو و جنات' بندشوں اور الجھے حالات کے موضوعات پر ان شاء اللہ درج ذیل ترتیب پر درس ہونگے۔حضرت حکیم صاحب حیرت انگیز وظائف' انوکھے روحانی بھیدوں کا انکشاف کریں گے۔کاپی قلم ہمراہ لانا نہ بھولیں۔انفرادی ملاقات سے پیشگی معذرت۔۔۔!!!

کراچی: 13 اپریل بروز اتوار 0333-3630956

مانسہرہ/ایبٹ آباد کی تاریخ کا اعلان جلد رسالے میں کردیا جائیگا۔(ادارہ عبقری)

Monthly "UBQARI" Lahore　　CPL-166